A testnevelés tanítása

XIII. ÉVFOLYAM
1977 | 4
AZ OKTATÁSI MINISZTÉRIUM
MÓDSZERTANI FOLYÓIRATA

A testnevelés tanítása

Szerkesztő:

Nagy Sándor

Szerkesztő bizottság:

Dobiné Mónus Erzsébet
Dr. Kálmánchey Zoltán
Dr. Nagy György
Dr. Nagy Tamás
Nyíri János
Ruszkai Katalin
Dr. Székely Gabriella
Dr. Takács Ferenc
Varga Sándor
Várady Géza

TARTALOM

Dr. Kun László: 60 év távlatából 97
Dr. Nagy Tamás: Teljesítményfüzetek testnevelésből 101
Burka Endre: Az új szovjet tantervekről — dióhéjban 111
Zsakay Kálmán: Variációk tömöttlabdával 116
Gyenge József—Nagy Sándor: A tantervek kipróbálásáról 119

SZEMLE

E számunk szerzői: Balogh Miklós fejlesztőmérnök, Bp.; *Burka Endre* OPI-osztályvezető, Bp.; *Gyenge József* OPI-főelőadó, Bp.; *Győri Pál* tanszékvezető, testnevelő tanár Veszprém; *Horváth Antalné* tanár, Szeged; *dr. Kun László* egyetemi docens, Bp.; *Nagy Sándor* OPI-főelőadó, Bp.; *dr. Nagy Tamás* OM-osztályvezető, Bp.; *Somorjai László* tanár, Bp.; *dr. Takács Ferenc* egyetemi docens, Bp.; dr. *Terényi Imre* ny. TF-igazgató, Bp.; *Zsakay Kálmán* tanár, Székesfehérvár.

Megjelenik évente négyszer

ISSN 0563—2021

Szerkesztőség: Országos Pedagógiai Intézet — 1406 Budapest, Gorkij fasor 17-21. — Telefon: 228-203. 228-238, 228-609, 108-as mellék — Kiadja a Tankönyvkiadó, 1363 Budapest V., Szalay u. 10—14. — A kiadásért felelős a Tankönyvkiadó igazgatója — Terjeszti a Magyar Posta — Előfizethető bármely postahivatalnál, a kézbesítőknél, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlap Irodánál (KHI Budapest V., József nádor tér 1., telefon: 180-850, postacím: 1900 Budapest) közvetlenül vagy postabefizetési utalványon, valamint átutalással a KHI 215—96 162 pénzforgalmi jelzőszámra. Előfizetési díj egész évre: 14,— Ft — Egyes példányok beszerezhetők a Budapest V., Bajcsy-Zsilinszky út 76. sz. alatti hírlapboltban.
Példányonkénti eladási ár: 3,50 Ft

Készült az Egyetemi Nyomda fennállásának 400. évében

77.1929 Egyetemi Nyomda, Budapest
Felelős vezető: Sümeghi Zoltán igazgató
A szöveg fényszedéssel készült

60 év távlatából

DR. KUN LÁSZLÓ

Az évfordulók és a velük kapcsolatos ünnepségek arra hivatottak, hogy új színt, az emelkedettség nosztalgiáját hozzák hétköznapi életünkbe. Az ember ilyenkor számot vet önmagával; a múlt és a távlati jövő időmérlegén értékeli tetteit, helyét és szerepét a jelenben. A pátoszi hangvétel kötelezőnek vélt monotóniája azonban azzal az ódiummal járhat, hogy misztifikált köddé oldja a múlt serpenyőjét, és ezzel a jövőét is elbillenti szemünk elől. Szakterületünk hasonlatával élve, a jubileumi szónoklatokat és tárcákat az a veszély fenyegeti, mint az öregedő sportoló visszaemlékezéseit, akinek rekordjai az idő távlatában úgy megnövekednek, hogy végül nemcsak a tények konkrétumát homályosítják el, hanem az egykor kifejtett erőfeszítések valóságának hitelét is. Így van ez a történelemben is. A győzelmi tények csak a velük együtt megharcolt nehézségek tanulságaival egyetemben hordoznak mondanivalót. Az emberiség olyan társadalmi korszakváltásai, amelyek a testkultúra emancipációját is magukban hordozták, soha nem születtek az absztrakt értelemben vett haladás diadalszekerén, hanem minden ízükben magukban hordozták a jövő kivajúdásának fájdalmait is. A hatvanadik évforduló méltó tiszteletét azzal nyilvánítjuk ki igazán, ha 1917 októberének kultúrateremtő szerepét — a proletárhatalom emberi egészségért, az új típusú testnevelésért vívott erőfeszítéseinek legkritikusabb éveit — történeti közelségbe idézzük.

A világ egyhatodán győztes szocialista forradalom fő kérdéseit 1917 novemberében nem a testkultúra gondjai képezték, hanem a hatalom léte, a városok kenyere és az élet normalizálása. A szovjet állam vezetőinek figyelmét mégsem kerülte el az a probléma, hogy az új embertípus kialakításának alapja a fizikai degradáció folyamatának felszámolása. Ez azonban csak úgy volt elképzelhető, ha rendbe hozzák az egészségügyet, a testnevelést és a sporttevékenységet pedig a dolgozó ember sokoldalú fejlesztésének eszközévé formálják. Ennek jegyében került sor az Állami Népművelődésügyi Bizottság keretében az iskolaorvosi és higiéniai osztály felállítására. Visszaemlékezések és dokumentumok utalnak arra is, hogy az Oktatásügyi Komisszionarátus feladatkörének kijelölésénél Lenin külön kihangsúlyozta az iskolai testnevelés általánosan kötelező bevezetését. Néhány hónap leforgása alatt az újjáalakított testnevelési és sportmozgalom területén kibontakozott a tömegek aktivitása. A frontvonaltól távolabb eső városokban felélénkültek a sportversenyek. A tudósok, orvosok és pedagógusok szovjet hatalmat vállaló kis csoportja Leningrádban és Moszkvában hozzákezdett a szocialista testnevelési rendszer tudományos alapjainak kidolgozásához.

A lélegzetvételnyi szünetet azonban 1918 tavaszán megszakította az intervenciók sorozata. A testnevelést közvetlenül alá kellett rendelni a forradalmi vívmányok védelmének. Az Általános Honvédelmi és Nevelési Tanács a kiképzés meggyorsítása érdekében katonai jellegű testnevelési programot dolgozott ki; ugyanakkor új egyesületeket és klubokat hozott létre azokban a városokban is, ahol a sportmozgalom korábban teljesen ismeretlen volt. A Komszomol 1919 októberi határozatának megfelelően a városi és területi bizottságok mellett sportosztályok alakultak azzal a feladattal, hogy segítsék az ifjúsági testnevelést és a lakosság honvédelmi felkészítését.

Az egy országban megvalósuló szocializmus testkultúrával kapcsolatos feladatait a bolsevik párt 1919 márciusában elfogadott második programjában körvonalazta. Ebben a politikai, gazdasági és kulturális teendőkkel egyetemben meghatározták a testkultúra átalakításának, szocialista alapjai lerakásának célkitűzéseit is. Irányelvei alapján a testnevelési és sporttevékenység mint a kommunista

emberformálás szerves része – súllyal a munkára és a haza védelmére való felkészítés eszközeként –, elnyerte méltó helyét a nevelő munka többi célkitűzései között. A párthatározat és a tömegmozgalmi kibontakozás első sikereinek hatása alatt a Testnevelési Aktívák 1919 áprilisában tartott I. Összoroszországi Kongresszusa úgy ítélte meg a helyzetet, hogy elérkezett az idő a Legfelsőbb Testnevelési Tanács létrehozására is. Utóbb azonban kiderült, hogy a testnevelési és sportmozgalom önálló összefogó szervezetének létrehozására még nem értek meg a feltételek.

Az Általános Honvédelmi és Nevelési Tanács ebben az időszakban nagy erőfeszítéseket tett a testnevelő instruktorképzők felállítására. A moszkvai, illetőleg a pétervári tanfolyamot 1919-ben főiskolai rangra emelték. A Leszgaftról elnevezett Testnevelési Főiskola első tanévének „felvételi vizsgája" szó szoros értelmében tűzkeresztség volt. Idézzük fel az egyik korabeli dokumentumot: „Az Általános Honvédelmi és Nevelési Tanács vezetőjének 1919. szeptember 16-án kiadott parancsa értelmében a pétervári testnevelési tanfolyam hallgatóiból zászlóaljat szerveztek, amely eredményesen harcolt Jugyenics fehérgárdistái ellen. Így az oktatás csak december elején vette kezdetét."

Az intervenciós gyűrűbe fogott Szovjet-Oroszország nem kapott meghívót az antwerpeni olimpiai játékokra. A születő új szocialista testkultúra és a coubertini célkitűzések rokonságát azonban mi sem mutatja világosabban, mint az, hogy az első országos bajnokságok területi versenyeit szibériai, kaukázusi, közép-ázsiai olimpia elnevezés alatt bonyolították le. Igaz, a Moszkvában tervezett döntőkre nem kerülhetett sor, mert az Urál felől támadó Kolcsak ellen kellett az erőket összpontosítani.

Az intervenciós nyomás lazulása 1920. július 27-én és 28-án lehetővé tette, hogy a III. Internacionálé második kongresszusának tiszteletére a Vörös téren kétnapos tornabemutatóval egybekötött sportdemonstrációt rendezzenek. Nem annyira sportértékénél, inkább szimbolikus jelentőségénél fogva érdemel említést, hogy a szovjet sport első nemzetközi mérkőzése röviddel az említett ünnepségek után a Komintern küldötteiből alakított labdarúgó csapat és Moszkva ifjúsági válogatottja között zajlott le.

A népgazdaság helyreállításának időszakában konkrétan napirendre került pártprogram gyakorlati megvalósítását az adott feltételek rendkívül bonyolulttá tették. A szovjet testkultúrának nem voltak kellő létszámú munkássportoló úttörői. Nem álltak rendelkezésére szakemberek, kidolgozott módszerek és tapasztalatok sem. Az újonnan kinevezett vezetőknek nem, vagy alig akadt alkalmuk arra, hogy a testkultúra mozgásanyagát, szociológiai és társadalomlélektani vonatkozásait tanulmányozzák.

Az irányítás rendezetlen viszonyai között a Komszomol-szervezetek egy részében olyan avantgardista törekvések léptek fel, amelyek az egész sportmozgalom irányítására igényt tartottak. A problémák átlátását főként az a körülmény nehezítette, hogy a testnevelési és sportmozgalom átalakításával szemben álló erők – a fejletlen oroszországi testkultúra viszonyai között – a cári időszakban nem kerültek az osztály-összeütközések előterébe. Így – ellentétben a második világháború után kialakult, viszonylag fejlett élsporttal rendelkező népi demokráciák polgári szervezeteivel – az egész bázisukat át tudták menteni az új keretek közé. Befolyásukat növelte az is, hogy manőverezéseiket az „ultraforradalmiság" frazeológiájával álcázták. Ennek egyik fő próbálkozásaként szolgált 1922-ben a Vörös Testkultúra Szervezeteinek Oroszországi Szövetségének létrehozása, amivel a Komszomolt, a pionírmozgalmat és a szakszervezeteket ki akarták szorítani a testnevelés és a sport területéről.

Ilyen körülmények között a szervezeti kibontakozás járható útjának csak olyan egységes állami irányítás kínálkozott, amely összefogja és össze tudja egyeztetni a különböző hatóságoknak és társadalmi szerveknek a testneveléssel és a sporttal kapcsolatos szervező, káderképző, tudományos, módszertani és oktatási tevékenységét. A Népbiztosok Tanácsa 1923. június 27-én kinevezte a Legfelsőbb Testnevelési Tanácsot, amely a helyi, köztársasági és

tartományi szerveinek kiépítésével fokozatosan kézbe vette a testkultúra ügyeinek intézését. Ugyanakkor megmaradtak a korábbi társadalmi szövetségek és ligák is. A kettős irányítás mögötti erőpróbák összekapcsolódtak a társadalmi élet, illetőleg a kultúra más gócaiban lezajló átalakulási harccal. A hadikommunizmust felváltó új gazdasági politika lehetőségeivel visszaélő „nepman"-tendenciák főként a sportegyesületi mozgalom kibontakoztatásában támasztottak ellentmondásokat. A magánvállalkozások átmeneti fellendülését kiaknázó kis- és középpolgári rétegek a vezetésük alá vont nagyegyesületek vonalán a „politikamentesség" és az „el nem kötelezettség" álláspontját kezdték érvényesíteni. A tehetséges versenyzők átcsábításával pedig lerombolták a gyengébb anyagi bázissal rendelkező sportkörökben folyó nevelő munkát. A gyakorlatilag nyugati mintára elharapódzott professzionizmusnak csak szigorú intézkedésekkel lehetett elejét venni. A Legfelsőbb Testnevelési Tanács a társadalmi egyesületeket a szakszervezetek, a népművelési osztályok és a katonai parancsnokságok védnöksége alá helyezte. A különböző ellenforradalmi elemek gyülekező helyévé vált szövetségek és ligák (Szokol, Makkabi) működését betiltotta.

Nem kevésbé válságos helyzettel kellett megküzdeni az iskolai testnevelés területén sem. A Legfelsőbb Testnevelési Tanács az 1923–24-es tanévre kötelező érvénnyel kimondta a testnevelés általános bevezetését. A végrehajtás azonban rendkívül vontatottan haladt. A testnevelés még 1924 őszén is csak 823 iskolában szerepelt a kötelező tárgyak listáján. Az 1924–25-ös tanév végén ugyan az olyan fejlődési centrumokban, mint Moszkva, Leningrád, Harkov és Kijev, már az iskolák 60 százalékában rendszeres testnevelés-tanítás folyt, országos méretekben ez a szám azonban alig haladta túl a 3 százalékot. Nem volt biztatóbb a kép az iskolai sportköröket illetően sem. Testnevelési szakkörök pedig csak a nagyobb városok iskoláiban alakultak. Különösen rossz volt a helyzet a gyermeksport területén. A testnevelés kritikus állapotát az iskolák gazdasági nehézségei, a tornaterem- és szakemberhiány csak részben magyarázta. A fő problémát a testkultúra általános értékelésében elharapódzott fejlődést gátló szemléleti zavar okozta.

Szakmai körökben mindenki előtt világos volt, hogy a szovjet testnevelés – a sokoldalú embereszmény megteremtése jegyében megfogalmazott – feladatainak elvi alapjaiban másként kell kifejlődnie, mint a nyugat-európai országokban. A munka tartalmi és módszertani vonatkozásainak hogyanja azonban már kevésbé. A bolsevik párt és a testnevelési aktívák kongresszusa által meghatározott irányelvekben világosan körvonalazott célkitűzéseket metafizikusan kezdték értelmezni. A gyermekcentrikusság jegyében fellépő irányzat abban látta a testnevelés szocialista jellegének kifejlődését, hogy ha az iskolákban „csak a növendékközösségek által kedvelt és hasznosnak tartott játéktevékenységekkel foglalkoznak". Ezzel nemcsak a testkultúra mozgásanyaga integrálódásának és differenciálódásának törvényeit hagyták figyelmen kívül, de azt sem vették észre, hogy gyakorlatilag a Dewey-féle testnevelési szemlélet leegyszerűsített sémáját kiáltják ki szocialistának. Az egészségügyi irányzat néven fellépő csoport hívei a kondicionáló tornában látták a testnevelés új alapjait. Azt tartották, hogy a preventív gyógytorna általánossá válásával az iskolák és a sportkörök gyakorlatában nemcsak a munkahelyi ártalmakat lehet kiküszöbölni, hanem megteremtődik a kapcsolat a munkafolyamat és a testnevelés között is. Az említett irányzat sajátos válfajaként jelentkezett a higiénisták koncepciója. Az utóbbi abból indult ki, hogy a kizsákmányolás és az egészségtelen életmód az elmúlt nemzedékek során törvényszerűen legyöngítette a munkások és a gyermekeik szervezetét. Számukra a munka épp elég fáradságot jelent; a tornával és a sporttevékenységgel való további terhelés csak aláásná az egészségüket. Ezért a munkásosztályt érintő testnevelésben nincs szükség az olyan megterhelő foglalkozásokra, mint a szertorna, súlyemelés, labdarúgás, ökölvívás és birkózás. Ezen az elgondoláson alapulva született meg az ún. „normák szerinti testnevelés rendje", amely kiiktatta a szer-

vezetre gyakorolt edzés lehetőségeit. Az útkeresés sajátos formáját jelentette a proletkult jegyében kísérletező „Művészi Testnevelési Bizottság". Elképzelésük szerint az igazi testnevelés a munkafolyamatok művészi átélésén alapszik. Mozgásanyagukban elvetették a klasszikus torna „burzsoá gyakorlatrendszerét", s helyébe a munkamozdulatok stilizált formáit iktatták (szénlapátolás, fűrészelés, gyalulás stb.). Nagy szerepet szántak a nyilvános demonstrációknak, ahol a gyakorlatoknak a baletthez hasonló kifejezőerővel kellett jelentkezniük. Irányzatuk nem lépett fel a sporttevékenység ellen, de tagadták az egyéni versenyek létjogosultságát.

Az említettek reakciójaként olyan felfogások is kialakultak, hogy nem érdemes a testnevelés szocialista rendszerének kikísérletezésével foglalkozni. Minden további nélkül átvehető mások szisztémája is. Az a lényeg, hogy a foglalkozásokba tömegeket kapcsoljanak be. Hogy a különböző irányzatok hatása mit eredményezett, arra az iskolai testnevelés jelzett állapotán túl világosan utalnak a szakszervezetek 1925 nyarán Moszkvában rendezett össz-szövetségi testnevelési demonstrációinak teljesítményszintjei. Itt például a 100 m-es férfi síkfutás 14 másodperces, az 1500 m-es futás 5 perces és a magasugrás 125 cm-es szintjeit a résztvevők egyharmada nem teljesítette.

A rendkívül nehéz helyzetből az OKP(b) 1924-ben lezajlott III. kongresszusa és 1925. július 13-i történelmi jelentőségű határozata mutatott kiutat. Az elemzések egyértelműen rámutattak arra, hogy a testnevelési és sportmozgalomban mutatkozó eltorzulások a Legfelsőbb Testnevelési Tanácsban képviselt állami és társadalmi szervezetek közötti egyenetlenségből fakadnak. A bírálat hatására a Komszomol VI. kongresszusa (1924) megszüntette az ifjúsági szervezetek mellett működő sportbizottságait, az aktívákat pedig átirányította a szakszervezeti sportmozgalomba. A júliusi plénum értékelte az útkereső irányzatokban megnyilatkozó pozitív törekvéseket, de egyben azt is hangsúlyozta, hogy olyan elméleteknek, amelyek a teljesítményhez kötött munkát kiiktatják, nincs helyük a testnevelési és sportmozgalomban. Az ilyen platformon született próbálkozások nem vonzzák, hanem eltaszítják az ifjúságot. A testkultúra egészét nem lehet tetszőlegesen kiragadott szempontok szerint értelmezni. „A testnevelés szocialista rendszerének — hangsúlyozza a határozat — a tömegek általános politikai, kulturális nevelésének és egészségvédelmének elszakíthatatlan részét kell képeznie. Más szavakkal, a szovjet testnevelést a kommunista nevelés elszakíthatatlan részének kell tekinteni." Olyan testnevelési rendszert kell létrehozni, amely „fejleszti az akaraterőt, kialakítja a kollektivitás készségét, a kitartást, az edzettséget és más pozitív tulajdonságokat". Külön kiemelte a dolgozók internacionalista nevelésében, a nemzetközi kapcsolatok kialakításában betöltött szerepét is. A testnevelés tartalmi kérdéseivel kapcsolatos útmutatásaiban leszögezte a torna, a sport és a játékok jelentőségét és a versenyek szerepét is...

A fentiekben vázolt kép talán szokatlan, de ez a történelem, amit a nagy október szült. Eredményeit felnőtti mivoltában úgy ismerjük, mint amely mögött ma több mint ötvenmillió aktív sportoló sorakozik, reprezentánsai pedig meghatározó erőt képviselnek a világ sportszínpadán.

FLESCH – FLÓRIÁN – VARNUSZ:

A sakkvilág trónusáért...

(II. kötet, Sport, Bp. 1977. 252.)

Az 1974-ben megjelent első kötet a Leningrádban és Petrogolisban lebonyolított zónaközi döntők lefolyását mutatja be. Az ezekből továbbjutott három-három éllovas és az előző világbajnoki ciklusban elért kiemelkedő eredményéért meghívott két exvilágbajnok alkotta a világbajnokjelöltek nyolcfőnyi gárdáját.

A második kötet e nyolc világnagyság — Karpov, Korcsnoj, Petroszjan, Szpasszkij, Polugajevszkij, Mecking, Byrne és a magyar Portisch — pályafutását és a sakkvilág trónusáért folytatott egymás közötti nemes harcát tárgyalja.

N. S.

Teljesítményfüzetek testnevelésből

DR. NAGY TAMÁS

Az általános iskolák 1–8. osztályában az 1977/78-as tanévtől – a testneveléstantárgyhoz kapcsolódva – teljesítményfüzeteket kaptak a tanulók. A füzetek a tankönyvcsalád részeként kerültek bevezetésre, s a 6–14 éves korosztályok fizikai felkészítését, játék- és sportműveltségének emelését, a tanulók testi nevelésének eredményesebbé tételét segíti.

A teljesítményfüzeteket *minden tanuló* kézhez kapta, ill. évenként kézhez kapja, s a benne szereplő feladatokat folyamatosan, többségében tanórán kívüli feladatként megoldja. Folyamatosan vezeti a fejlődését mutató adatokat, s nem utolsósorban valamennyi gyermek számára a füzet tartalmazza az *Edzett ifjúságért* mozgalom követelményeinek teljesítménylapjait is.

Az 1–4. osztály teljesítményfüzeteiről A TANÍTÓ 1977. 8. számában már közöltünk ismertetést, ezért a továbbiakban csak az 5–8. osztályok füzeteiről mondjuk el a legfontosabbakat.

Célkitűzéseink

A teljesítményfüzet bevezetésével a tanuló-ifjúság testnevelésének, sportjának, általános testkultúrájának színvonalát kívánjuk emelni.

Kérdésként merülhet fel, hogy ezt miért éppen munkáltató jellegű kiadvánnyal oldjuk meg. Elméletet formálunk egy teljesen gyakorlati jellegű tantárgyból? Ha „megtanítjuk" a gyerekeket futni, dobni, gimnasztikázni stb., arról nem elméleti ismeretekben kell számot adniuk, hanem a gyakorlatban kell „tudásukat" bizonyítaniuk!

A kérdésre egy mondatban is válaszolhatunk: A teljesítményfüzetek bevezetésével nem testneveléselméleti ismeretek elsajátítása, nem a gyakorlati tevékenység háttérbe szorítása a cél, hanem *a tevékenység során szerzett tapasztalatszerzést, a sokoldalúbb mozgástanulás érvényre jutását akarjuk elérni.* A feladatok megoldása ugyanis csak akkor lehet eredményes, ha azokat a tanulók már kipróbálták vagy rendszeresen gyakorolták. Még abban az esetben is gyakorlati tevékenységet feltételez egy-egy „feladatmegoldás", ha az csupán játékismertetést vagy motiváló szándékkal leírt sportágismertetést jelent.

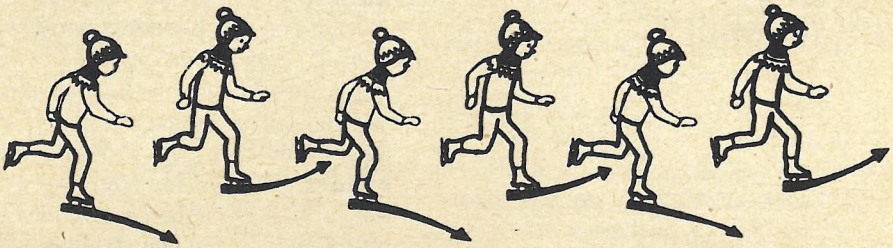
Céljaink egyike, hogy a tanulók *saját mozgástapasztalatuk alapján* meghatározott *elméleti tudást is* szerezzenek. Korának megfelelő szinten mindenkinek ismernie kell egy-egy gyakorlat hatását a szervezetre, a leggyakrabban szereplő mozgásformák gazdaságos technikáját, a különböző feladathelyzetekben a legeredményesebb megoldási formákat stb. Ez a tudás nélkülözhetetlen a játék- és sportműveltség szempontjából, s még egyszer szeretnénk hangsúlyozni, hogy ez nem verbális tanulást jelent, hanem elsajátítást.

Célkitűzéseink között szerepel a *rendszerességre*, a folyamatos gyakorlásra szoktatás. A füzetben levő ismeretanyag (játékok, játékos feladatmegoldások, gyakorlatok stb.) kiválasztásánál azt vettük figyelembe, hogy szabad idejükben bárhol játszhassák azokat a gyerekek. Egy részük szobában, másik csoportjuk játszótéren vagy bármilyen más szabad területen végrehajtható. Szempontunk volt az is, hogy az időjárásnak megfelelően, téli és nyári időszakra is adjunk ötleteket, feladatokat (például az 1. ábra az 5. osztály füzetéből).

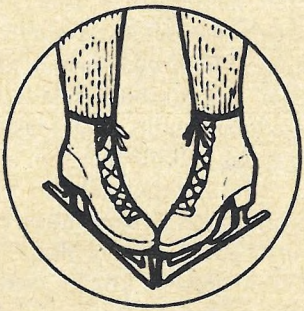
Az egyes osztályok anyagát – a felsoroltak mellett – a testnevelésórán tanult mozgásformák és játékok gyorsabb és eredményesebb elsajátítása szempontjából csoportosítottuk. Ez azt jelenti, hogy a tantervi követelmények közül vettük a legfontosabbakat (pl. ugrásfeladatok, dobóiskola, rendgyakorlatok, atlétika, torna, sportjátékok, úszás).

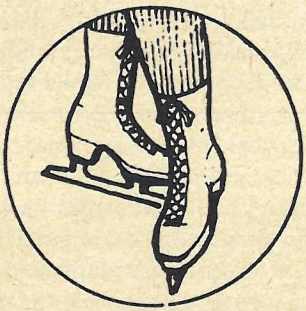
A 7. és 8. osztályban szerepeltetjük a füzetben a *honvédelmi neveléssel* összefüggő testnevelési feladatokat is (terepverseny, céllövészet stb.).

Jégpályán gyakorold és tanuld meg a korcsolyalépést. *4. ábra*



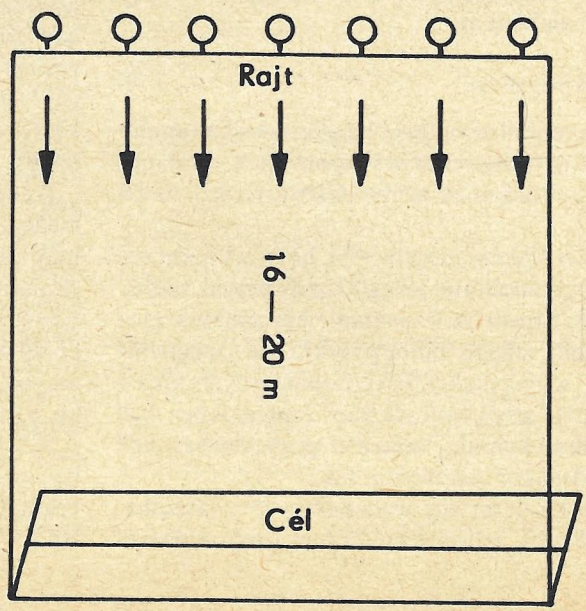
Nem elég csak a haladást, a gyors siklást megtanulnod, hanem meg is kell állni! Mégpedig pontosan akkor és ott, ahol te is akarsz!





Szánkóversenyek

Ha a közelben nincs lehetőség hegyen, dombon szánkózni, rendezzetek ügyességi versenyeket egymás között.



A különböző sportágak megismertetésével – az érdeklődés felkeltésével – a *versenysportba* való bekapcsolódáshoz szeretnénk hozzájárulni. Természetesen nagyobb terjedelemben szerepelnek azok a *szabadidő-sportok*, amelyek majd az iskola elvégzése után, nem szervezett keretek között űzhetők (pl. tollaslabda, asztalitenisz).

A füzetek szerkezete

Egy füzet két osztály anyagát tartalmazza. Az összevonást az tette szükségessé, hogy az Edzett ifjúságért mozgalom kétéves korcsoportokra oszlik:

III. korcsoport: 5–6. osztály,
IV. korcsoport: 7–8. osztály.

A mozgalom szabályzata szerint a korcsoportok anyaga és követelménye azonos, ezért két osztály anyagát célszerűnek látszott egymás mellé helyezni, egy füzetbe kötni.

Az osztályok „összevonását" indokolta egyébként a kis terjedelem is: egy-egy osztály 16–16 „feladatlapos" oldalból áll, amelyhez 4–4 oldal (Edzett ifjúságért mozgalom) Teljesítménylap csatlakozik. Így egy füzet összesen (két osztály anyaga) 40 oldal terjedelmű. A füzetben azonban egy-egy osztály lapjait és feladatait elválasztottuk egymástól. Nemcsak azzal, hogy szerepel benne az osztály felírása, hanem a 4 oldalas Teljesítménylap is külön választóvonalnak tekinthető.

Szerkezetileg egy osztály anyaga (kisebb eltérésekkel) az alábbi „fejezetekre" tagolódik:

bevezető (kérdés az eltelt nyárról, közvetett, az érdeklődést felkeltő ismeretanyag stb.);
a teljesítménymérés próbáinak ismertetése;
a testméretek adatainak rögzítése;
gimnasztika, játék, játékos feladatmegoldások; torna, atlétika és sportjáték jellegű mozgásanyag;
téli játékok, sportok (korcsolya, sí, szánkó);
a szabad idő játékai; sportok a szabad időben;
testtartást és deformitást javító gyakorlatok;
ötletek a nyári szünidő hasznos eltöltéséhez;
az Edzett ifjúságért mozgalom teljesítménylapjai.

A füzet első oldalán felhívást olvashatnak a gyerekek az Edzett ifjúságért mozgalomban való részvételre. A külső borítólapon szintén a mozgalomhoz kapcsolódtunk. Az érintett korosztályok jelvényrajzait mutatjuk be a gyerekeknek, amelyeket majd nem fekete-fehérben, hanem színes kivitelben viselhetnek a legjobbak.

Az egyes oldalak s a nagyobb témakörök szerkesztésénél arra törekedtünk, hogy a gyerekek teljes önállósággal vezethessék teljesítményeiket, önmaguk is megoldhassák a gyakorlati és „elméleti" feladatokat. Ezek értékelése, minősítése – esetenként – azonban az iskola, illetve a szülői ház feladata. Ez az ellenőrzés teljes egészében beilleszthető a testnevelésórák anyagába (például: szabadgyakorlatok, talajtornaelemek bemutatása), sőt fokozatosan az önellenőrzés felé haladunk.

A füzetek szerkesztése és nyomdai kivitelezése rendkívül rövid idő alatt zajlott le. Ez az oka az esetleges hibáknak, a kevésbé szerencsés feladatválasztásoknak. Azt is meg kell említenünk, hogy ilyen jellegű kiadvány – tudomásuk szerint – még sehol sem került iskolai bevezetésre. Bár fölhasználtuk a környező országok (tanulóknak, gyerekeknek készült) könyveit, sajátos, „munkafüzet jellegű" feladatainkhoz azonban kevés anyagot, ötletet találtunk.

Az alkalmazás alatt derül ki, milyen mértékben sikerült jól válogatni, és a viszonylagos teljességet megközelíteni. Nagyon valószínű, hogy a tapasztalatok majd kisebb-nagyobb változásokat tesznek szükségessé, ezért azt kérjük a testnevelő tanároktól, gyűjtsék össze az észrevételeket, és tegyenek javaslatot az esetleges változtatásokra. Ezek az észrevételek vonatkozhatnak magának a füzetnek a tartalmára, az egyes anyagrészek arányára, szakmai és stiláris részére, de vonatkozhatnak a füzet legcélszerűbb használati módjára is.

Feladattípusok

A felsorolt nevelés-oktatási célkitűzéseket a teljesítményfüzetek speciális „munkáltató" jelleggel valósítják meg. Milyen feladatokat, írásos-rajzos feladatmegoldásokat tartalmaznak ezek?

A füzetek anyaga három fő terület körül csoportosul. Elsősorban a *tantervi anyagra* épül, de jelentős a szerepe a *tanórán kívüli* anyagnak, és itt történik az *Edzett ifjúságért* mozgalom tartalmának és követelményeinek rövid leírása mellett a tanulók saját adminisztrációja is. *Röviden ismerkedjünk meg a füzetek feladattípusaival!*

Sok olyan ábra, szöveg, feladat szerepel a füzetekben, amelyeknek csak az érdeklődés felkeltése, a tanulói motiváció a célja. Ilyen igénnyel mutatjuk be például a különböző sporteszközök (például a 2. ábra az 5. osztályos füzetből).

A teljesítménypróbák mellett sok olyan teljesítménymérésre van lehetőség (tanórán és tanórán kívül egyaránt), amely *folyamatos gyakorlást*, ill. rendszeres eredményrögzítést tesz lehetővé. Ide tartoznak – természetesen a sportági mozgásanyagok mellett – pl. a futó-, ugróteljesítmények (lásd: a 3. ábra az 5. osztályos füzetből).

Néhány feladat *egyszeri kipróbálást* igényel, és ennek alapján kell válaszolni, következtetéseket levonni. (Pl. az 5. osztályban a zsugorlefüggésre vonatkozó feladat, lásd a 4. ábrát.)

Több feladat egyszeri vagy folyamatos *megfigyelést* igényel, mint pl. a 7. osztályban a térdelőrajtra vonatkozó. (Jó, ha ezekre a feladatokra a kartársak többször felhívják az órán a tanulók figyelmét!)

Az ellenőrző feladatokban arra keresünk feleletet, hogy az órán végzett gyakorlás milyen általános következtetések, törvényszerűségek levonására alkalmas. Különösen a 7–8. osztályokban van több feleletválasztásos feladat (pl. 7. osztály 6. és 7. oldal).

Ezekre a feleletet a gyakorlat alapján tudják a tanulók megadni. Jellemzője ezeknek a feladatoknak, hogy a több lehetséges válasz közül egy, kettő, sőt három is helyes lehet, figyelembe véve azt, hogy helyességük mértéke azonban különböző.

Például: A hosszabb távú futás eredményes teljesítése állóképességet követel. Eközben ún. holtpontra is juthat a futó (pl. szúr az oldala). Mit kell ilyenkor tenni?

a) Meg kell állni.
b) Futás helyett sétálni kell.
c) Meg kell állni, de egy-két törzsgyakorlatot kell végrehajtani.
d) Tovább kell futni, mert a szúrás elmúlik majd magától.
e) Hanyatt kell feküdni.

(Talán szükségtelen megállapítanunk, hogy a *d)* választ szeretnénk elérni. Ugyanakkor a *b)* és a *c)* válaszokat sem értékeljük nullának, hiszen az *a)* és az *e)* feleletek a legrosszabbak.)

Az ismeretközlés feladataihoz kapcsolódva, de jellegükben különválaszthatóan, kifejezetten nevelési célzatú anyagrészek is kerültek. Ezek egy csoportja a tiltó, rajzos-szöveges figyelmeztetés. Például: Kimelegedve ne igyál vizet! (az 5. osztályos füzetből az 5. ábra).

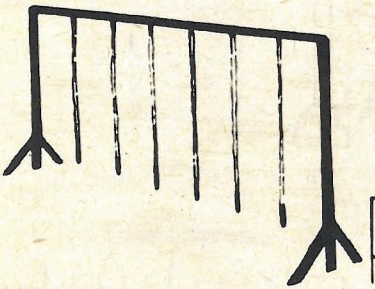
A füzet lehetővé teszi, hogy a tanulók már az alsó osztályokban megismerjék, illetve alapfokon elsajátítsák a rajzírást. (Kezdetben csupán egy-egy betűt kell pálcikaemberré formálniuk, majd egy-egy előre megrajzolt ábrába húzzák be a kar, a láb, a törzs mozgásirányát. A másolás szintjére véleményünk szerint a 4. osztály végére minden tanuló eljuthat.)

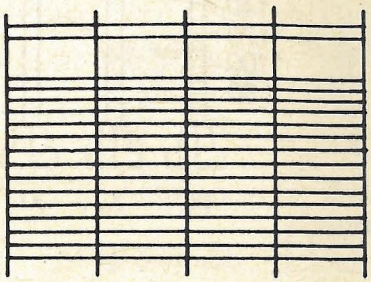
A felső tagozatban már egyszerűbb testhelyzeteket, gimnasztikai gyakorlatokat kell „olvasniuk" a tanulóknak, ill. „pálcikaemberekkel" lerajzolniuk. (Pl. gimnasztikai gyakorlat szék felhasználásával az 5. osztályban, 6. ábra.)

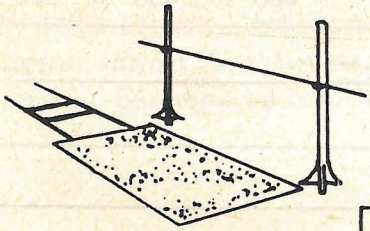
Minden osztályban szerepelnek az Edzett ifjúságért mozgalom I. követelményeinek teljesítménypróbái. A kisebbeknél szemléletes rajzos „leírással", a nagyobbaknál már szöveges utasításokkal. Ezek az oldalak megismertetik a tanulókkal a próbákat, és teljesítményük „rögzítését" is lehetővé teszik. Ez fontos, mert ősszel és tavasszal végzünk felmérést, s az Edzett ifjúságért mozgalom értékelésekor a tanulók önmagukhoz viszonyított fejlődését kell figyelembe venni, illetve értékelni.

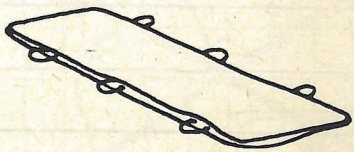
2. ábra

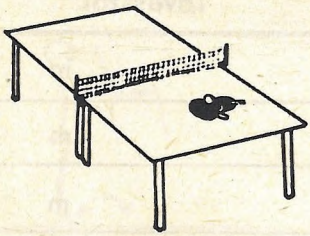
Ismered-e a rajzon látható sportszerek és sporteszközök nevét? Közülük azokat, amelyeket már kipróbáltál vagy amelyeken gyakoroltál valamit, a zászlók kiszínezésével jelezd!

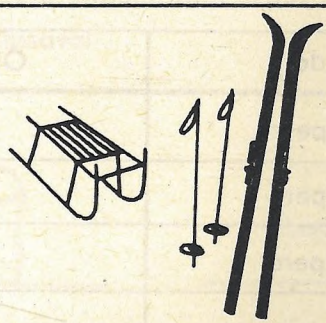


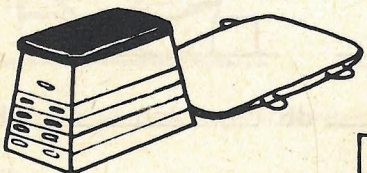


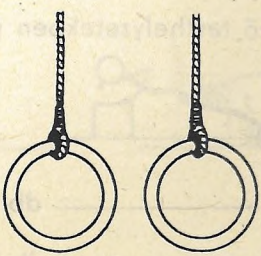






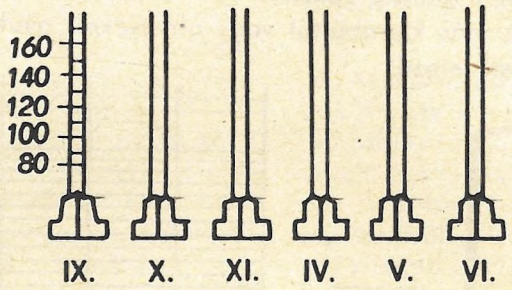




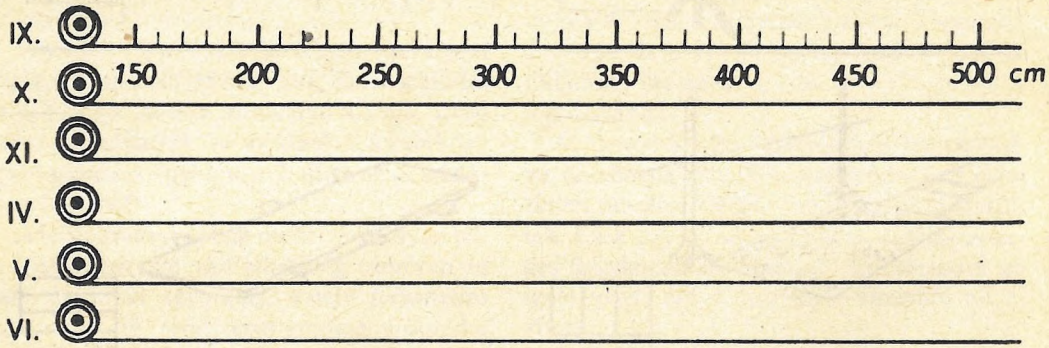


A próbákon kívül mérd folyamatosan teljesítményedet, s jelöld be a legjobb eredményeket havonta, illetve ősszel és tavasszal:

Magasugrás:



Távolugrás:



Hány métert tudsz futni meghatározott idő alatt?

Idő	Ősszel	Tavasszal
3 perc	m	m
4 perc	m	m
5 perc	m	m
6 perc	m	m

Különböző testhelyzetekben próbáld ki a karhajlítás-nyújtást mellső fekvőtámaszban:

Decemberben _____ db _____ db _____ db

Januárban _____ db _____ db _____ db

Februárban _____ db _____ db _____ db

Márciusban _____ db _____ db _____ db

4. ábra

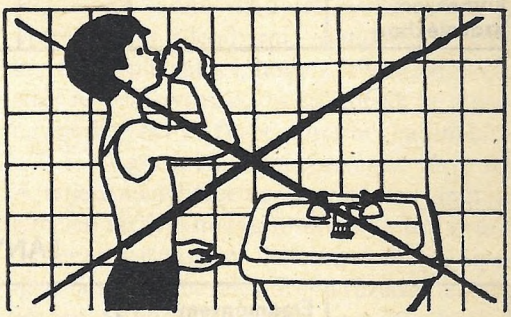
Ismered a *zsugorfelfüggést*? Tudod-e, hogy több szeren is lehet gyakorolni? Próbáld ki te is, és írd be, hogy melyik volt a legnehezebb, s melyik volt a legkönnyebb!

Legnehezebb	1	2	3	4

Legkönnyebb	1	2	3	4

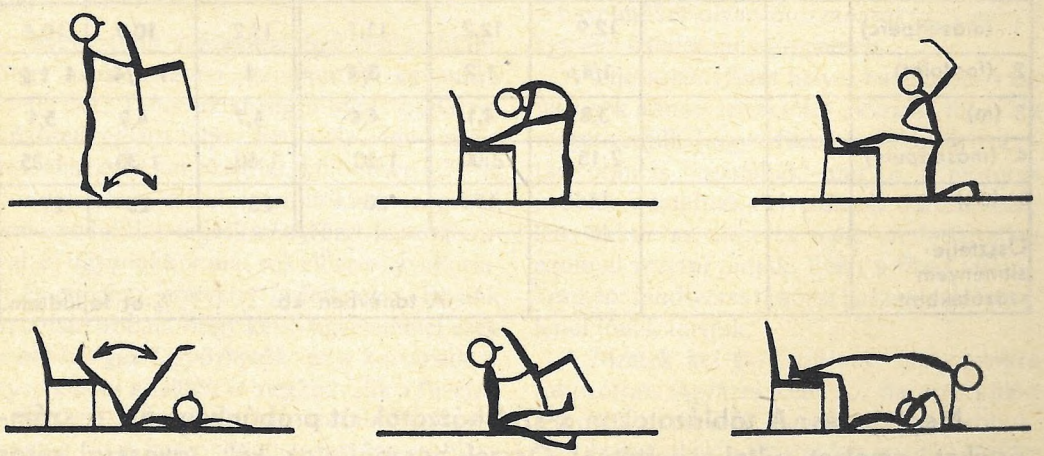
5. ábra

Játék közben kimelegszel, izzadsz. Nagyon vigyázz, *ilyenkor nem szabad vizet inni*, bármennyire is jól esne!



Gimnasztikai gyakorlatok szék felhasználásával

6. ábra



Rajzold le pálcikaemberkével!

Törzshajlítás hátra	Karkörzés előre	Ülésben páros lábemelés	Törzshajlítás oldalt

7. ábra

FIÚK

PRÓBA	Eredményem		Teljesítményszintek					
	összel	tavasszal	10%	30%	Átlag 50%	70%	80%	90%
1. (másodperc)			12,4	11,6	11,1	10,6	10,2	9,8
2. (fordulat)			1/4	1/2	3/4	1	1 1/4	1 1/2
3. (m)			3,7	4,6	5,1	5,6	6,0	6,5
4. (másodperc)			2:05	1:50	1:40	1:30	1:20	1:25
5. (db)			15	18	21	24	26	28
Össztelje-sítményem százalékban				A tanévben kb. . . . . %-ot fejlődtem.				

LÁNYOK

PRÓBA	Eredményem		Teljesítményszintek					
	ősszel	tavasszal	10%	30%	Átlag 50%	70%	80%	90%
1. (másodperc)			12,9	12,2	11,7	11,2	10,9	10,6
2. (fordulat)			1/4	1/2	3/4	1	1 1/4	1 1 2
3 (m)			3,8	4,1	4,4	4,7	4,9	5,1
4. (másodperc)			2:15	2:00	1:50	1:40	1:30	1:25
5. (db)			14	17	20	23	25	27
Össztelje-sítményem százalékban				A tanévben kb. . . . . %-ot fejlődtem.				

Megjegyzés: A táblázatokon x-szel húzzátok át próbánként azt a számértéket, amelyet túlteljesítettetek! Ősszel használjatok kék, tavasszal piros színest!

Az Edzett ifjúságért mozgalom résztvevőihez!

A próbákon elért összteljesítményed értékeit a TELJESÍTMÉNYLAPON is vezetned kell!

A Teljesítménylap táblázatát a 7. ábra szemlélteti, amelyen a tanulók a számértékek leírása mellett × jellel áthúzzák azt az értéket, amelyet teljesítettek. A tavaszi felmérés során ismét × jelölést használnak, s így a fejlődés mértékének megállapítása egyszerűvé, szemléletessé válik.

A füzetek „hasznos" 16 oldalát követően minden osztály végén 4–4 oldalon szerepel az Edzett ifjúságért mozgalom rövid ismertetése és a követelmények részletes leírása. Itt vezetik a részvételre jelentkezők saját teljesítményeiket. (Az egyes követelmények adminisztrációjához „kitöltési útmutatót" is mellékeltünk.)

Módszertani javaslatok

A teljesítményfüzetek bevezetésével – amint ezt a fentiekben már érzékeltettük – nem a tanítók terheit kívánjuk növelni. Sőt, az ismertetésből már az is nyilvánvaló, hogy az Edzett ifjúságért mozgalom adminisztrációját is a tanulókra bízzuk. Mindez természetesen nem jelentheti azt, hogy a pedagógusnak nem kell időnként megnézni, ellenőrizni a tanulók munkáját. Különösen az első években szükséges bizonyos segítségadás, rövid magyarázat az egyes feladatok megoldásához.

Igyekeztünk a témákat úgy összeállítani, hogy azok szakmai szempontból egymásra épüljenek. Tehát az anyag a nyolc osztályra közösen, együtt teljes. Ez az első egy-két évben nehézségeket okozhat, különösen a 7–8. osztályokban, mivel a tanulóknak meg kell ismerkedniük a teljesítményfüzet használatával, és ugyanakkor más sok előzetes gyakorlati és elméleti ismeretet is feltételez. Bízunk azonban abban, hogy kellő figyelemmel ezek a nehézségek legyőzhetők, és a kartársak, a gyerekek és a szülők is megkedvelik a füzetet.

Egy másik kérdéscsoport azzal függ össze, hogy a füzet használatához minden iskolára érvényes tanácsot adjunk. Bizonyára jelentős különbségek alakulnak majd ki az iskola helye, létszáma, felszereltsége stb. szerint. Ezért a következőkben főleg azokat az általános szempontokat emeljük ki, amelyek megkönnyítik a segédanyag használatát a tanórán, a tanulók mindennapi életében és az iskola munkájában.

A teljesítményfüzetek a *tanulók számára készültek*, nagymértékben építenek a fiatalok önállóságára, öntevékenységére. A füzetben a feladatokat önállóan kell elvégezniük és az eredményeiket vezetniük. Ennek ellenére azonban az a véleményünk, hogy a tanár saját munkáját segíti, ha a megfelelő tanítási anyagnál utalások segítségével a füzetet közvetlen tanítási eszközként használja. Feltétlenül előnyös ez már csak azért is, mert így a tanulók is nagyobb felelősséggel bánnak majd az anyaggal.

Nem lenne helyes a füzet feladatait „házi feladatnak" adni, vezetését gyakran, esetleg óráról órára ellenőrizni, osztályozni. Ezért kérjük a kollégáktól, hogy a teljesítményrögzítőt ne osztályozzák, ne számítsák be a testnevelésjegybe. A füzet átnézése használatának esetleges hibáit, hiányosságait tárja fel. A teljesítményfüzet nem tankönyv, amit az elméleti tárgyakhoz hasonlóan, óráról órára, leckeszerűen tanulni kell. Az esetleges ilyen használat a testneveléstől és a füzettől teljesen idegen. Sokkal helyesebb, ha a kartársak a füzet folyamatos, egész évi használatára biztatják a tanulókat. Menet közben felhívják a figyelmüket olyan mozzanatokra, amelyek egy-egy feladatnál szerepelnek.

A teljesítményfüzet helyes használata a tanárt sok adminisztrációtól „kíméli" meg. Ha megengedjük, hogy a füzetet a tanulók a tanítási órán is használják, ami pl. a motoros próbák adatainak felvételénél elkerülhetetlen, akkor az elért és mért eredményeiket azonnal vezetni tudják. Ezért a füzet időszakonként rendszeres tanórai használatát feltétlenül jónak tartjuk.

A füzetek két évre szólnak, ezért azokra fokozottan vigyázni kell. Jó, ha erre külön felhívjuk a tanulók figyelmét. Tanácsoljuk, hogy a gyerekek a füzetet két év után is őrizzék meg, vigyék magukkal a felsőbb osztályokba és a középiskolába is. Az antropometriai adatok és teljesítmények változása így hosszú ideig nyomon követhető, és ez inkább ad lehetőséget következtetések levonására.

A rövid terjedelem miatt szeretnénk felhívni a figyelmet arra, hogy a füzet teljes tanévre tervezett. Nem lenne szerencsés, ha a gyerekek minden feladatot a tanítási év első heteiben megoldanának.

Külön szeretnénk a kartársak figyelmét felhívni azokra a feladatokra, amelyek a tanulóktól adataik, eredményeik folyamatos, a megjelölt hónapokban rendszeres adatrögzítését követelik (például: testméretek). Egy-egy „számonkérés" segítheti, hogy ne feledkezzenek meg tanítványaink a számértékek beírásáról. (Természetesen a „számonkérésen" nem az adatok ellenőrzését, hanem a figyelemmel kísérését értjük.

Összefoglalva az elmondottakat: a teljesítményfüzet használata az első években fokozott figyelmet igényel, mert az mindenki számára új. Helyes és célszerű használattal minden esetben a gyakorlati tapasztalatok megszerzésére ösztönöz, s azon keresztül kívánja a tanulót meghatározott elméleti tudásszintre is eljuttatni.

Kérjük a testnevelést tanító pedagógusokat, hogy a teljesítményfüzetben rejlő lehetőségek felhasználásával is segítsék a testnevelés és sport megszerettetését, a tudatos és rendszeres testgyakorlás terjedését, fokozzák a tanulók játék- és sportműveltségét, emeljék a fiatalok fizikai felkészültségének színvonalát.

Mérőeszköz a SARGENT-féle teszthez

Az 1978/79-ben bevezetésre kerülő új tanterv egyik jelentős tesztje a „súlypontemelkedés mérése", az úgynevezett SARGENT-féle teszt.

Elvben tökéletes. Probléma csak akkor mutatkozik, ha mérőeszközcsere történik, vagy több mérési hely adatait kell összehasonlítani. A mérési eredmények között nyilvánvaló eltérések lesznek, mivel nem azonos típusú eszközzel hajtották végre a méréseket. Ezek okai:

1. a mérőeszköz pontatlansága,
2. a leolvasási pontosság különbözősége.

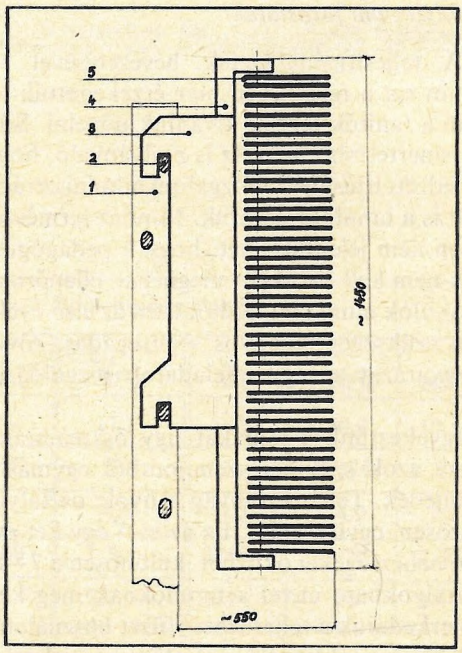
A változatos eszközökkel mért eredményekből levont következtetések hamisak lehetnek.

Ezért a kis hibával működő mérőeszköz kikísérletezése az Iskolabútor és Sportszergyárnál megtörtént. Olyan eszközt hoztak létre, mely 1 cm-es hibahatáron belül működik, és teljesen kiküszöböli a szubjektív leolvasási hibákat (lásd: Sargent-teszt-mérőeszköz).

Egy függőleges tengelyre 1 cm-es osztástávolsággal falamellák vannak felfűzve. Az egész lamellafüzért egy megfelelően kialakított keretbe lehet helyezni és tetszés szerinti alapmagasságra beállítani. A keret pedig egyetlen mozdulattal a bordásfal gerincére akasztható.

A mérést egyszerűen, gyorsan és pontosan lehet elvégezni, mivel a lamellákat már néhány pondos erővel ki lehet mozdítani nyugalmi helyzetükből. Az alapérintési magasság meghatározásakor a lamellákat az egyik oldalra kell fordítani, majd az emelkedési magasságban elmozdított lamellákat kell leszámolni. A leolvasást gyorsabbá és pontosabbá teszi az, hogy minden ötödik lamella eltérő színjelölésű. Az emelkedés mértékét értelemszerűen a lamellák száma adja meg centiméterben.

Az eszköz másik nagy előnye, hogy méretezéséből adódóan kb. 50 cm-re van az emelkedési sík a bordásfaltól. Ez azt jelenti, hogy a tanulóknál pszichés gátlások nem érvényesülnek. A pszichés gátlások káros hatása köztudottan jelentkezik a „fali" vagy „tábla" érintési és még a derékra erősített mérőszalagos „Abalakov"-módszernél is.



Állítható, hogy az új „lamellás emelkedésmérő" megbízható és könnyen kezelhető mérőeszköz.

Az Iskolabútor és Sportszergyár az iskolák igényei alapján vállalja, hogy azokat azonnal kielégíti, természetesen a partner kereskedelmi vállalatok közvetítésével.

A mérőeszköz vázlatos rajza:

1. bordásfalborda,
2. bordásfalfok,
3. akasztókeret,
4. felfűző keret tengellyel,
5. lamellák.

Balogh Miklós

Az új szovjet tantervekről – dióhéjban

BURKA ENDRE

Az oktatás tartalmának korszerűsítése a pedagógiai tudományos tevékenység állandósult programjává vált. A Szovjetunió Művelődésügyi Minisztériumának vezető testülete 1972 októberében hozott döntést a testnevelés korszerűsítéséről. A korszerűsítésre két bizottságot hoztak létre: az I–III. és a IV–X. osztályok testnevelési tantervének a korszerűsítésére. A bizottságok vezetője *V. M. Kacsaskin és Z. I. Kuznyecová* voltak.

A tantervek három egységben jelentek meg: az I–III. osztályok, a IV–VIII. osztályok és a IX–X. osztályok számára. A nálunk is folyó korszerűsítés ismeretében minden bizonnyal nem lesz érdektelen, ha az új szovjet tantervekről vázlatos áttekintést adunk.

1. A korszerűsítés motívumai

A korszerűsítés indítékairól Z. I. Kuznyecova egy folyóirat interjúkeretében elmondta, hogy megváltoztak az élet követelményei. A korszerű termelés és a Fegyveres Erőknél teljesített szolgálat mind magasabb követelményeket támaszt a fizikai felkészültséggel és az élet szempontjából fontos készségek és képességek elsajátításával szemben. Lényegében ez nyilvánult meg az új GTO-komplexumban, amelynek követelményei a korábbival szemben növekedtek. A testnevelésnek segítenie kell a tanulók felkészülését a GTO követelményeinek a teljesítésére.

A tudományos kutatások eredményei folyamatosan felhalmozódtak. Ezekből kiderültek például, hogy melyek a gyermekek és a serdülők funkcióinak fejlesztése szempontjából a legkedvezőbb periódusok. A kutatások egyúttal arra is mutattak, hogy a testnevelésben nem használják ki eléggé a gyermekek funkcionális és pszichológiai lehetőségeit. Az eltelt időszakban szereztek adatokat a gyermekek testi növekedésével és értelmi képességeinek a változásaival kapcsolatban (például az akcelerációról is).

2. A tartalmi változásokról

Kuznyecova elmondta, hogy a változások egyik fő iránya, hogy a tanulók olyan fizikai felkészítést kapjanak, hogy képesek legyenek a megfelelő – I., II. és III. fokozatú – GTO-követelmények teljesítésére.

A korábbi tantervektől eltérően a főbb témakörökbe (torna, atlétika, sífelkészítés, úszás, sportjátékok stb.) a fizikai képességek fejlesztésére a gyakorlatoknak egy külön csoportja került. A fizikai képességek fejlesztésének a kérdésében a módosítást a kutatási eredmények alapján hajtották végre. A tudományos eredmények ugyanis azt bizonyították, hogy „nincsenek fizikai képességek általában, függetlenül a mozgásvégrehajtástól. Egyik vagy másik fizikai képesség konkrét mozgások végrehajtásában, a maga variánsában mutatkozik meg".

Mind a torna, mind az atlétika anyagába szervesen beépül az akadálypályák leküzdése. A korábbi tantervektől eltérően azonban ezek egyrészt torna-, illetve atlétikai jelleget kapnak, másrészt jobban biztosítják a folytonosságot a szovjet fegyveres erők fizikai felkészítésére vonatkozó irányelvek tartalmával. Ezt a célt szolgálja az is, hogy a VII. osztálytól kezdődően helyet kapott a tantervben a birkózás. Általában a torna és atlétika anyaga is „alkalmazott" jelleget kapott azzal, hogy a tanterv a tanult mozgáscselekvések bonyolultabb, megváltozott körülmények közötti alkalmazását írja elő (pl. az akadálypályák leküzdése keretében).

Hangsúlyosabb lett az új szovjet tantervekben a fiúk és a lányok testnevelése közötti különbség. A lányok fizikai képességeinek fejlesztésével együtt a könnyedségre, elegáns mozgásra, a szép testtartásra nevelés is előtérbe került, és a VII. osztálytól kezdődően helyet kapott a művészi torna.

„Megfiatalították" a tantervet. Mind a tornában, mind az atlétikában az alacsonyabb évfolyamok tantervében kaptak helyet a bonyolultabb mozgáskoordinációt igénylő gyakorlatok, pl. a lányok tantervében a VII–X. osztályokban már nincs szertorna.

3. Cél és feladatok

A tantervi útmutató utal arra, hogy a cél és a feladatok az SZKP nevelési programjából következnek: a felnövekvő nemzedék felkészítése a munkára, a társadalmi életben való részvételre, a haza védelmére. „A testnevelés- (testkultúra-) tantárgy tanításának célja, hogy ismereteket közvetítsen a testkultúráról, mozgáskészséget és képességeket alakítson, felkészítse a tanulókat a »Munkára és a Szovjetunió védelmére kész« (GTO) össz-szövetségi testedzési komplexum követelményeinek a teljesítésére, kialakítsa a tanulókban a meggyőződést, hogy az ember gondoskodása saját egészségéről és fizikai felkészültségéről nemcsak személyes, hanem társadalmi ügy is."

A feladatokat az egyes tantervek hasonlóan fogalmazzák meg. A IV–VIII. osztályok tanterve a következő feladatokat jelöli meg:

„1. Készítse fel a tanulókat a GTO I. és II. fokozata követelményeinek a teljesítésére az elméleti ismeretek, az atlétikai gyakorlatok, a sízés, az úszás és a tornagyakorlatok segítségével.

2. Tanulják meg a tanulók a mozgásos tevékenység főbb formáit, hajtsák végre különböző bonyolultságú feltételek között, és ennek érdekében feltétlenül fejlessze fizikai képességeiket.

3. *Alakítsa a tanulók képességeit és szokásait, hogy önállóan foglalkozzanak testgyakorlással, tartósan érdeklődjenek a testkultúra iránt, és segítse elő a tanulók napirendjébe építését.*

4. *Segítse a tanulók kulturált magatartásának alakítását.*"

4. A tanterv tartalmi tagozódása, szerkezete

Valamennyi tantervi témakörre jellemző, hogy azonos a szerkezetük.

Elméleti ismeretek (pl. a sportág jellemzése, haszna, szabályai, balesetek megelőzése).

Készségek és képességek (a kérdéses sportági tevékenység tartalmi előírása, mint pl. a sportági technikák, taktikai ismeretek, akadálypálya).

A fizikai képességek fejlesztését szolgáló anyag (a fejlesztendő fizikai képesség specifikus változata és pályagyakorlatok, játékok megnevezése).

Követelmények (a tanulók teljesítményeinek a megítélésére vonatkozó előírások).

A tantervek nem készültek végig egységes szerkezetbe. A IV–X. osztályok számára készített tantervek lényeges szerkezeti eltérést nem mutatnak, de más az I–III. osztályok számára készített tanterv.

Az I–III. osztályok tanterve a következő szerkezetben készült:

Elméleti ismeretek.

Torna:
rendgyakorlatok,
gimnasztika,
nagylabdagyakorlatok,
kislabdagyakorlatok,
testtartást alakító gyakorlatok,
akrobatikus (talajtorna-) gyakorlatok,
táncok,
mászás,
egyensúlygyakorlatok,
kúszás,
járás és futás,
ugrás,
dobás (kislabda).

Játékok.
Sielőkészítés.

Atlétika (a III. osztályban)
(40 m-es síkfutás, futás 500 m-ig, távolugrás guggoló technikával, magasugrás átlépő technikával, helyből távolugrás, célbadobás).

A IV–VIII., illetve a IX–X. osztályok tanterve az alábbi elrendezésben írja elő a tanítás tartalmát:

Elméleti ismeretek

Torna

1. Elméleti ismeretek.

2. Készségek és képességek (rendgyakorlatok; reggeli torna anyaga; tánc; mászás; ugrásgyakorlatok; szergyakorlatok az V. osztálytól; a GTO tornaanyaga; akadálypálya).

3. Fizikai képességfejlesztést szolgáló anyag.

4. Követelmények (pl. a IV. osztályban: „1. 6–8 gyakorlatból álló reggeli gimnasztika teljesítése. 2. A GTO I. fokozatának 10–11 éves tanulókra vonatkozó tornakövetelményeinek a teljesítése").

Birkózás (a VII. osztálytól)

Atlétika

1. Elméleti ismeretek.

2. Készségek és képességek (jellemző tartalmi elemek: gyorsfutás álló- és V.-től térdelőrajttal; távolugrás guggolótechnikával; magasugrás átlépő-, a VI.-tól választott sporttechnikával; dobás távolra kislabdával, majd gránáttal, vízszintes és függőleges célba, a VII.-től mozgó célra; súlylökés a IX. osztálytól; akadálypálya-leküzdés).

3. Fizikai képességek fejlesztését szolgáló anyag.

4. Követelmények (pl. a IX. osztályban: „1. Futás kanyarban és a váltóbot átadása teljes sebességgel. 2. 4 · 4 m-es és legalább 20 méterre levő célbadobás gránáttal. 3. A futásban és az ugrásban tanult technika alkalmazását igénylő természetes akadályok leküzdése. 4. Felkészülés az atlétikai követelménymutatók teljesítésére a GTO III. fokozatához tartozó gyakorlatokban").

Sífelkészítés

Nem havas területeken helyette felveendő a *korcsolyázás* vagy a *mezei futás*, illetve a *gyorsmenet* (gyaloglás és futás váltakozása).

Úszás

Gyors- és hátúszás; az V.-ben mellúszás; a VII.-ben pillangóúszás, a IX.-ben vízipóló.

Kézilabda, illetve *kosárlabda*

Választás szerint, de csak az egyik és a választott labdajáték oktatása kötelező a következő években.

Röplabda (A IX. osztálytól.)

Az órafelosztásról az 1. és 2. táblázat ad tájékoztatást. Az itt szereplő óraszámok nem időtartamokat jelölnek, hanem azon tanítási órák *számát*, amelyekre fő feladatként kell beiktatni a kérdéses tantervi témát. Ezért összegük olykor nem egyezik a végösszegként feltüntetett évi óraszámmal (70).

5. Értékelés, osztályozás

A tantervi útmutató az orvosi vizsgálatokat és a tanulók teljesítményeinek az ellenőrzését a tanár feladatává teszi, előírja a tantervi tevékenységi körönkénti folyamatos ellenőrzést. Ezenkívül alkalmaznak gyorsteszteket is, mint pl. az 1 kg-os labdahajítás terpeszülésből, rajtgyorsaság (60 m-es síkfutás közben az első 6 mp alatt megtett út hossza). Ezeket a gyorsteszteket évenként 2–3 alkalommal (szeptember, október, április) alkalmazzák.

Külön említést tesz az útmutató a tanulók testi fejlődésének és fizikai felkészültségének az ellenőrzéséről. Tanácsolja, hogy a kielégítő szintet el nem érő tanulók kapjanak egyéni gyakorlatokat.

A tanulók teljesítményéhez az értékelés alapja az egyes főbb tantervi témakörökben meghatározott követelmény. A GTO-komplexumba tartozó készségek és képességek tekintetében ötös érdemjegyet kell adni a tanulónak, ha teljesítménye a GTO megfelelő fokozatának szintjét eléri. (Ezekről a 3. táblázat ad tájékoztatást.) Az egyéb érdemjegyeket a mozgástechnika elsajátítási szintjének megfelelően kell megállapítani. Az év végi osztályzat meghatározásához az egész évben szerzett érdemjegyeket kell figyelembe venni, de az utolsó érdemjegyek a meghatározók.

1. táblázat

Órafelosztás az I.–III. osztályok tantervéhez

Osztályok	Elméleti ismeretek	Torna	Játékok	Si-előképzés	Atlétika	Összesen
I.	2	34	22	12	–	70
II.	3	35	20	12	–	70
III.	3	27	16	12	12	70

2. táblázat

Órafelosztás a IV.–X. osztályokban

Tantervi főtémák	Osztályok						
	IV.	V.	VI.	VII.	VIII.	IX.	X.
Elméleti ismeretek	2	2	2	2	2	2	2
Torna (fiúk és lányok közös anyaga)	10	18	20	4	4	–	–
Torna, lányok (benne 9 óra művészi torna)	–	–	–	18	18	18	18
Torna, fiúk	–	–	–	10	10	10	10
Birkózás	–	–	–	8	8	10	10
Atlétika fiúk:	10	18	18	16	16	16	16
lányok:	14	16	16	16	16	18	18
Sífelkészítés	14	16	16	16	16	16	16
Úszás[1]	26	–	–	–	–	–	–
Kézilabdázás vagy kosárlabdázás	8	16	14	14	14	8	8
Röplabdázás	–	–	–	–	–	8	8
Játékok[2]	–	–	–	–	–	–	–
Évi óraszám összesen	70	70	70	70	70	70	70

[1] Azokban az iskolákban, ahol az úszás feltételei jók, tanítása a IV. osztály után is kötelező. Ebben az esetben más tantervi főtémák óraszámából kell kigazdálkodni 3–4 órát úgy, hogy évi 14 óra jusson rá.

[2] A játékok a különböző tantervi főtémákban elosztva szerepelnek.

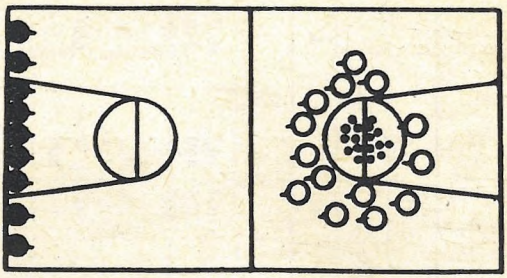
3. táblázat

A GTO I., II. és III. fokozatának megfelelő teljesítménymutatók

Próbák	Osztályok													
	IV.		V.		VI.		VII.		VIII.		IX.		X.	
	F	L	F	L	F	L	F	L	F	L	F	L	F	L
30 m-es futás	5,8	6,0	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
60 m-es futás	–	–	10,4	10,6	10,0	10,2	9,7	10,1	9,2	10,0	–	–	–	–
100 m-es futás	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	14,5	16,4	14,2	16,2
Távolugrás (nekifut.)	310	260	325	280	340	300	360	305	390	310	420	325	440	340
Magasugrás (nekifut.)	95	85	100	90	105	100	110	100	120	105	125	105	130	105
Kislabdahajítás	30	20	32	21	35	23	36	24	38	25	–	–	–	–
Gránáthajítás (500 g)	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	20	–	21
Gránáthajítás (700 g)	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	35	–	35	–
Súlylökés (4 kg)	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	500	–	600
Súlylökés (5 kg)	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	700	–	800	–
Sífutás, 1 km	8:00	8:30	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
Sífutás, 2 km	–	–	15:30	18:00	14:00	16:30	–	16:00	–	15:00	–	–	–	–
Sífutás, 3 km	–	–	–	–	–	–	19:00	–	17:30	–	–	23:00	–	20:00
Sífutás, 5 km	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	31:00	–	27:00	–
Gyorskorcsolya (100 m)	22,0	24,0	21,0	23,0	20,0	22,0	–	–	–	–	–	–	–	–
Gyorskorcsolya (300 m)	–	–	–	–	–	–	1:03	1:10	58,0	1:05	–	–	–	–
Gyorskorcsolya (500 m)	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	1:30	1:35	1:25	1:30
Mezei futás, 300 m	–	i. n.*	–	–	–	–	–	1:05	–	1:00	–	–	–	–
Mezei futás, 500 m	i. n.	–	–	i. n.	–	i. n.	1:50	–	1:45	–	–	2:05	–	2:00
Mezei futás, 800 m	–	–	i. n.	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
Mezei futás, 1000 m	–	–	–	–	i. n.	–	–	–	–	–	3:35	–	3:30	–
Gyors menet, 1000 m	–	–	–	–	–	–	–	7:20	–	5:20	–	–	–	–
Gyors menet, 2000 m	–	–	–	–	–	–	12:00	–	10:00	–	–	–	–	–
Gyors menet, 3000 m	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	22:00	–	20:00
Gyors menet, 6000 m	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	40:00	–	35:00	–
Húzódzkodás (..-szer)	3	–	4	–	5	–	5	–	6	–	7	–	8	–
Mászás kötélen (m)	–	2,50	–	2,70	–	2,80	–	–	–	–	–	–	–	–
Karhajlítás és -nyújtás	–	–	–	–	–	–	–	6	–	8	–	9	–	10
Emelés függésből támaszba (..-szer)	–	–	–	–	–	–	1	–	2	–	2	–	3	–

*Idő nélkül.

Variációk tömöttlabdával



1. ábra

ZSAKAY KÁLMÁN

Ahol megfelelő mennyiségű tömött- („medicin"-) labda van, ott a hagyományos funkcióin túl hangulatos játékokra is felhasználhatjuk őket. A már ismerteken kívül (magyar rögbi; döngető stb.) bemutatok néhányat, amelyet az óra bemelegítő vagy fő részében alkalmazhatunk. Célszerű ezeket akkor venni, amikor a tömöttlabdákkal egyébként is dolgozunk, így megnő „kihasználtságuk" az órán. E játékok élvezetesek, a tanulók szívesen játsszák őket, és nem utolsósorban — mivel eléggé igénybe veszik a tanulókat — növelhetjük velük az óra terhelését is.

1. Labdarablás

Játéktér: a tornaterem, illetve egy kosárlabdapálya nagyságú füves vagy homokos terület.

A játékosok száma: egy teljes osztály.

Szerszükséglet: 10—50 db, 3—4 kg-os tömött labda (különböző súlyúak is lehetnek).

A játék leírása: „támadókra" és „védőkre", két egyenlő létszámú csapatra osztjuk az osztályt. A védők a saját térfelük egy meghatározott részén (pl. a kosárkörben) összerakják valamennyi labdát gúlába, és a labdák köré helyezkednek. A támadók saját térfelük alapvonalán állnak fel (1. ábra).

Jelre a támadók megrohanják a védők által őrzött labdákat, igyekeznek azokat saját térfelükre juttatni és ott, hasonló módon, mint az a védő térfélen volt, összerakni. Amelyik labda már átjutott a felező vonalon, azt a védőknek visszahozniuk nem lehet, tehát a védők a támadók térfelére nem léphetnek és nem is nyúlhatnak át. A játék meghatározott ideig, 1—3 percig folyik, illetve addig, amíg labda van a védők birtokában. Ezután, a második félidőben szerepcsere következik. Győz az a csapat:

a) amelyik a játékidő alatt több labdát rabolt el, juttatott a saját térfelére;

b) amelyik rövidebb idő alatt rabolta el valamennyi labdát. Ilyenkor azt az időt is számítsuk be, amíg összerakják a labdákat.

Szabályok:

Birkózás, húzás, tolás stb., tehát a küzdelem csak a labdáért való harcban megengedett.

Sérülést okozó módon — végtagcsavarás, ütés, gáncsolás stb. — küzdeni nem lehet, a vétkes játékost ki kell állítani.

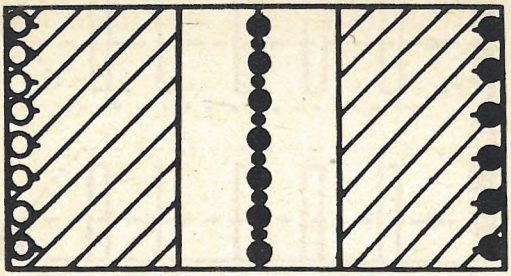
A támadók térfeléről labdát visszahozni nem lehet, de a vonal előtt megengedett az átjutás megakadályozása.

2. Told át a labdát!

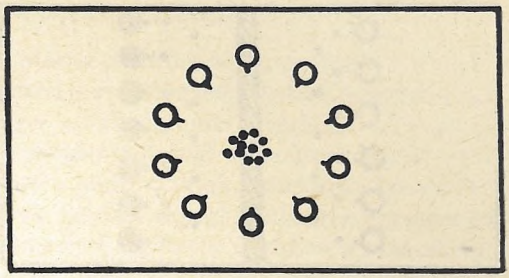
Játszhatja az egész osztály. Játéktér a terem, illetve egy röplabdapálya nagyságú terület. A pálya vonalai is a röplabdapályáéval azonosak.

Szükséges tetszés szerinti számú tömött labda (10—40 db). A két csapat ülésben a saját alapvonalán helyezkedik el, a labdákat pedig a középvonalra rakjuk (2. ábra).

A játék leírása: Jelre a két csapat pókjárással indul, és igyekszik a labdákat lábbal áttolni az ellenfél térfelén levő (röplabda-támadási) vonalon túlra.



2. ábra



3/b. ábra

Játékszabályok:

a) A játék addig folyik, amíg valamennyi labda át nem jut valamelyik támadási vonalon.

b) A labdát csak lábbal lehet tolni, rúgni; a kézzel érintést úgy büntetjük, hogy azt a labdát a saját térfelére ítéljük.

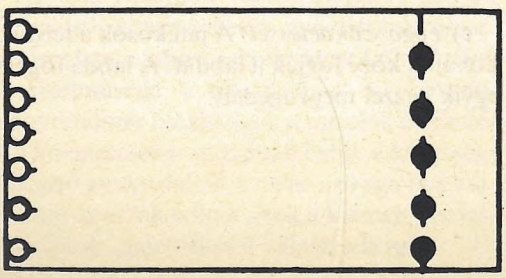
c) Labdát a támadási vonalon túlról visszahozni nem lehet. (Az ábrán a vonalkázott részről.)

d) Győz az a csapat, amelyik több labdát tud áttolni az ellenfél térfelére, a támadási vonalon túlra.

3. Labdaszerző kiesésre

Játszhatjuk tornateremben vagy füves, homokos szabadtéri területen, tetszés szerinti nagyságú pályán és tetszés szerinti létszámú csapatokkal. Szükséges a játékosok számánál 2–3-mal kevesebb tömött labda. A labdákat lerakjuk, és a játékosok felállnak a 3/a vagy a 3/b ábra által meghatározott módon, a tanár által meghatározott helyzetben: állórajt, háttal, ülésben, tarkóállásban stb. Jelre indulnak, és igyekeznek egy-egy labdát megszerezni. Akinek nem jut labda, kiáll, és egyéb feladatot végez (kötélmászás, egyéb erősítő gyakorlat). A labdáért birkózni csak abban az esetben lehet, ha két vagy több játékos egy időben fog meg egy labdát. Amikor valamelyik birtokba veszi, társa vagy társai kiestek. Ahányan kiesnek, annyi labdát újra félreteszünk, és így folytatódik a játék, míg a csapatból csak a győztes utolsó játékos marad.

3/a. ábra



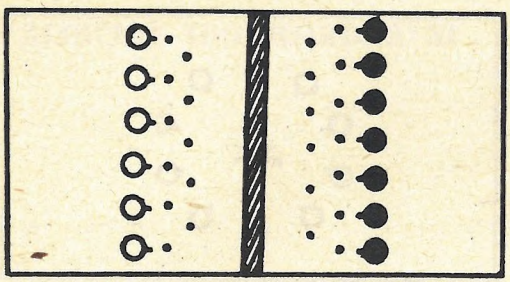
4. Szerezz labdát!

Teremben vagy szabad téren is játszhatjuk. Az osztály létszámánál 5–10-zel kevesebb labdát kiosztunk, vagy valamilyen formában eldöntjük, hogy ki kapja a labdát (pl. mint a fenti labdaszerző játékban).

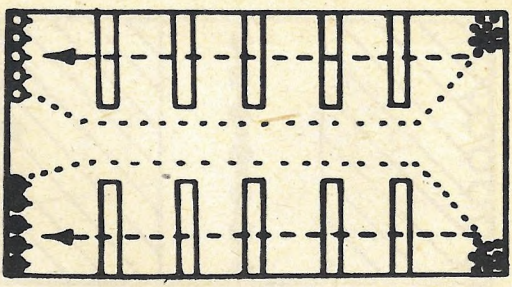
Jelre indul a játék. A labda nélküli játékosok megtámadják a labdásokat, és igyekeznek megszerezni tőlük. Megszabhatjuk a szerzés módját. Vagy el kell venni (fiúk), vagy elég csak megérinteni (lányok). Változó időközökben megállítjuk a játékot, és akiknek ilyenkor éppen nincs labdájuk, büntető feladatot végeznek, míg a többiek labdájukon ülve pihennek.

5. Döngető lábbal

Teremben vagy szabad téren is játszhatjuk. A játékteret középen padokkal vagy alacsonyra állított röplabdahálóval két térfélre osztjuk, és a két egyenlő létszámú csapat (félfél osztály) elhelyezkedik a saját térfelén a

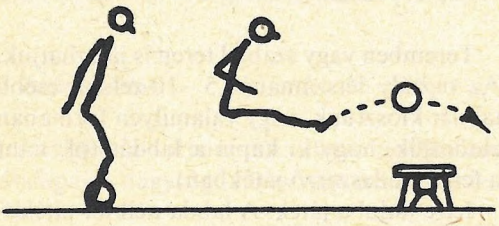


4/a. ábra



5. ábra

4/a ábra szerint. Lehetőleg minden csapatnak több labdája legyen, mint a létszáma. Jelre a labdákat páros lábbal kell átemelni a pad (háló) fölött, és ugyanezt kell tenni az ellentérfélről érkező labdákkal is. A hátra gurult labdákat előre lábbal lehet vezetni. A játékidő 3 perc. Győz az a csapat, amelyiknek a térfelén a lefújás pillanatában kevesebb labda van. A labdát csak a pad (háló) fölött és csak az említett módon (4/b ábra) lehet az ellenfél térfelére juttatni.



4/b. ábra

6. Labdaátrakó verseny

Szakosztályi edzésen vagy kis létszámú osztály esetében célszerű játék, de ha 4–6 csapatot alkotunk, nagy létszámú osztály is játszhatja, váltással.

Egy csapat létszáma 5–10 fő. Szükséges 30–60 db tömöttlabda és 6–8 db tornapad vagy egyéb, akadálynak alkalmas szer. A játékteret az 5. ábra szerint rendezzük be, a labdákat gúlába rakatjuk. Jelre a két csapat a padok mellett belül futva megy a labdákhoz, és fejenként egy-egy labdával a padok fölött átugrálva, a kiinduló sarokba rakják, gúlába. Annyi labda legyen, hogy legalább 3–5 fordulót kelljen mindenkinek megtenni. Győz az a csapat, amelyik előbb végez. Ha kettőnél több csapat több fordulóban versenyez, akkor időre versenyeztessünk.

7. Fogójátékok tömöttlabdával

a) *Páros fogó:* A párok meghatározott módon kötelesek a labdájukat vinni:

háttal egymásnak, hát közé szorítva,
homlokkal összeszorítva,
vállak közé szorítva stb.

Ha a labda kiesik, a fogó páros megfogása érvénytelen, a menekülő páros fogó lesz.

b) *Fogó pókjárással:* A játékosok pókjárással játszanak, a tömöttlabdát ölben viszik. A labda elejtése esetén ugyanazok a szabályok érvényesek, mint az előbbi játékban.

c) *Fogó szökdeléssel:* A játékosok a térdük, bokájuk közé fogják a labdát. A labda fogása egyik kézzel megengedett.

A tantervek kipróbálásáról

GYENGE JÓZSEF – NAGY SÁNDOR

Az új testnevelési tantervek kipróbálásáról, az első tapasztalatokról A testnevelés tanítása 1977. évi 2. számában már röviden beszámoltunk. Ott leírtuk, hogy a kipróbálásban összesen 727 osztály vesz részt, az általános iskola 1., 4. és 5., valamint a középiskola I. osztályai. Az új tanterveket az 1978/79-es tanévtől fokozatosan vezetik be folyamatosan, tehát az említett osztályok két évvel előtte járnak az általános bevezetésnek.

A tantervkészítés fontosabb lépéseivel azért foglalkoztunk, hogy a kipróbálást a tantervkészítés egészébe is el tudjuk helyezni, és a kartársak így a korábbinál jelentősebb szerepet kapjanak a tantervek kidolgozásában és végső kimunkálásában. Hangsúlyoztuk, hogy különösen napjainkban nagy a kipróbálás jelentősége, hiszen az új tantervek bevezetésével a tantervek készítésének új időszaka kezdődik. Nem szükséges megvárni, amíg a tantervek „elavulnak", és minden tantárgyban új tantervet kell készíteni, hanem lehetőség van arra, hogy a tanterveket folyamatosan korszerűsítsük. Ezért növekszik meg a tantervek értékelésében a kipróbálás szakasza, hiszen a folyamatos korszerűsítés igénye és szükségessége főleg a gyakorló testnevelő tanároktól jöhet.

Az első hónapok tapasztalatairól szóbeli és írásbeli észrevételeket gyűjtöttünk össze. Elsősorban a tanterv szövegének érthetősége, egyértelműsége, a cél-, feladat- és követelményrendszer összhangja, a tanulók értékelése a követelményrendszeren belül, a képességfejlesztő gyakorlatok, a torna anyaga és a szabadidő-sportok voltak azok a kiemelt kérdéscsoportok, amelyekre a választ vártuk.

A kipróbálás célkitűzései

Már az első hónapok tapasztalatai és észrevételei is eredményesek voltak, jelentős segítséget adtak a tanterv végleges szövegének megfogalmazásánál és pontosításánál, valamint a tantervi célok, feladatok, követelmények, tanítási anyag, módszerek egységes értelmezését segítették. Azokon a tanácskozásokon, ahol az első hónapok tapasztalatait összegyűjtöttük, tartalmas hozzászólások közben alakult ki, hogyan kell az új tantervet helyesen értelmezni és a tanítási gyakorlatban a tantervben leírtakat megvalósítani.

A tanév végi tapasztalatokat nem területi tanácskozásokon gyűjtöttük össze. Kérdőívet szerkesztettünk, és arra kértük a tanterv kipróbálásában részt vevő kartársakat, hogy észrevételeiket, tapasztalataikat ne egyenként, hanem iskolánként, területenként összegyűjtve közöljék.

Az első félévben a kipróbálás célja inkább a tantervi szöveg véglegesítése, pontosítása volt, most inkább a távolabbi célok kerültek előtérbe. A kérdéseket úgy állítottuk össze, hogy elegendő mennyiségű és minőségű tapasztalatot szerezzünk a testnevelést tanító pedagógusok felkészítéséhez és az új tanterv bevezetése utáni feladatok megoldásához (például taneszközellátás).

Megfigyelési szempontok

A Tájékoztató arra kérte a testnevelést tanító pedagógusokat, hogy elsősorban a következő kérdésekre válaszoljanak:

1. Átlagosan mennyi ideig tartott egy osztály tanmenetének elkészítése?
2. Milyen nehézségek jelentkeztek a tanmenet szöveges részének elkészítésénél? Hogyan sikerült az oktatási-nevelési feladatok lebontása, az elérendő tanulási célok értelmezése, a tanítási anyag tervezése?
3. Az általános testnevelési teljesítménytesztek mérésével kapcsolatban a következőkre kértünk választ:

a) Hány tanítási órán sikerült a felmérést elvégezni?

b) Milyen nehézségek mutatkoztak a mérések alatt?

c) Az év elején és az év végén mért adatok alapján fejlődtek-e a tanulók önmagukhoz viszonyítva?

4. Az új tantervvel dolgozó pedagógusoknak sikerült-e (milyen mértékben sikerült) a képességfejlesztő gyakorlatokat úgy tervezni és alkalmazni, hogy segítségükkel megvalósuljanak a fizikai felkészítéssel és a különböző gyakorlatcsoportokkal (például futás, ugrás, dobás) kapcsolatos követelmények?

5. Milyen tapasztalatok, észrevételek vannak még a tananyag tervezésével kapcsolatban?

6. Hogyan éltek a pedagógusok a tanterv adta választási lehetőségekkel:

a) a törzsanyagon,

b) a kötelezően választható (választható anyag)

c) és a szabadon választható (kiegészítő anyag) anyagon belül?

Kértük azt is, hogy *egyazon tantervi témakör* tanmenetét mellékletként, tájékozódásul adják meg a kartársak. A tanmenetrészlet tetszőlegesen kiválasztott osztály tanmenetéből lehet, amely a tantervi anyag felbontásáról nyújt áttekintést.

Az első év tapasztalatai

A kiadott kérdőívek közül beérkezett:

Általános iskola ..... 53 db

Középiskola ..... 22 db

A kérdésekre a kérdések sorrendjében a következő válaszokat kaptuk:

1. Egy osztály tanmenetének elkészítési ideje 4 és 65 óra között volt. A szélső értékek között az általános iskolában vett átlagosan több időt igénybe a tanmenetkészítés. Az általános iskolában a készítés ideje legtöbbször 10–20 óra volt, a középiskolában 6–12 óra. A viszonylag magasabb tanmenetkészítési idő valószínűleg csökken majd egy keveset, ha a kartársak az új tanterveket alaposabban megismerik.

2. A tanmenet készítésekor az alsó tagozatban általában a szaknyelv és a célok, feladatok lebontása, a felső tagozatban az anyag lebontása, az egyes anyagrészek értelmezése jelentette a legnagyobb nehézséget. Többen említették a megfelelő feltételek és előképzettség hiányát. A középiskolák első osztályos tanmenetének elkészítésénél a nehézségeket a tanterv újszerűsége, a tárgyi feltételek hiánya, a tanulói tudásszint nem kellő ismerete, a nevelési feladatok konkrét megfogalmazása, az anyagelrendezés, különösen a képességfejlesztő gyakorlatok elhelyezése jelentette.

Jelentős volt azoknak a kérdőíveknek a száma, amelyek ebben a kérdéskörben nem jeleztek problémát (kb. 20%).

3. A teljesítménytesszttel kapcsolatban az első kérdés az volt: hány óra szükséges a mérések elvégzéséhez? Az órák száma 2 és 14 között mozgott. A tanárok többségének 3–6 órára volt szüksége. Valószínű, hogy a mérések alaposabb megismerésével ez az idő valamit csökkenni fog, és senkinek sem lesz szüksége a mérések elvégzéséhez 3–4 óránál többre. A mérésekkel kapcsolatban a legtöbb nehézséget a futópálya hiánya jelentette. Többen jelezték a problémákat az ugrás fordulattal és a fekvőtámaszos gyakorlatokkal kapcsolatban.

Kimutatható-e a tanulók önmagukhoz viszonyított fejlődése, volt a harmadik kérdés. A kérdőívek döntő többsége (az általános iskolában 48, a középiskolában 19) egyértelműen pozitív választ ad a kérdésre. A fejlődés kimutatható, a tanulók érdeklődése nagy. Többen megjegyzik, hogy a rendszeresen sportolók kevésbé fejlődtek, ami természetes dolog. Magasabb teljesítményszinten a fejlődés lehetőségei csökkennek.

4. Mint az várható volt, a negyedik kérdésre érkeztek a legváltozatosabb válaszok. A pedagógusok nagyobb része úgy tapasztalta, hogy a differenciált képességfejlesztés megvalósítható, a képességfejlesztésre adott idő meghatározása jó. Nagy létszámú osztályoknál is változatos és sokrétű terhelést lehet biztosítani.

A képességfejlesztő gyakorlatok tervezésével és alkalmazásával kapcsolatban azonban

nehézségek is mutatkoztak, különösen az alsó tagozatban. A kezdeti értetlenség, kéziszerek hiánya, ütköző órák, tanári felkészületlenség, új módszerek hiánya volt az, amely a legtöbbször gondot okozott.

Több pedagógusnak az a véleménye, hogy a képességfejlesztő gyakorlatok igazi hatása akkor jelentkezik majd, ha azt a gyerekek az első osztálytól végzik.

5. Legtöbb észrevétel a tanmenetkészítéssel volt. Mind a két iskolafokon főleg a központi tanmenetek készítését kérik. Az igaz, hogy a központi tanmenetek jelentős mértékben megkönnyítenék a tanmenetkészítés munkáját, de a kipróbálásban részt vevő pedagógusok azt nem mérlegelik eléggé, hogy minden iskolára érvényes, megvalósítható központi tanmeneteket nem lehet készíteni.

Sokan kérték, hogy kézikönyvre, segédanyagokra lenne szükség ahhoz, hogy az új tanterv célkitűzései a lehető legjobban valósuljanak meg.

Többen foglalkoznak egyes anyagrészek tartalmi és módszertani kérdésével (torna, képességfejlesztő gyakorlatok, atlétika), az egyes anyagrészek kapcsolatával.

6. A hatodik kérdéscsoporttal arra kértünk választ, milyen választási lehetőségek vannak a tényleges tanítási gyakorlatban. Elsősorban azért volt aktuális a kérdés, mert a részletes taneszközjegyzék tervezésénél valamennyi választható tantervi anyag eszközigényét valamennyi iskolánál figyelembe venni nem lenne lehetséges és szükséges.

A törzsanyagon belül főleg a sportjátékoknál nagy a választási lehetőség. A kérdőívek szerint az általános iskolában legtöbben a kézilabdát választják (vagy arra van lehetőségük), körülbelül az iskolák 60–70%-a. A kézilabdát a kosárlabda (kb. 20%), a labdarúgás (kb. 10%) és a röplabda (kb. 1–3%) követi. Középiskolában legtöbben kosárlabdát (kb. 80%) tanítanak. Az iskolák kb. 10%-a kézilabdát, 5%-a labdarúgást, 5%-a röplabdát választ.

A választható anyag az általános iskolában nagyrészt atlétika, kb. 50%. Viszonylag sokan választják a tornát és a kézilabdát is (kb. 15–20%).

A kiegészítő anyag döntő része játék: az általános iskolában az osztályok hetven, a középiskolában az osztályok nyolcvan százaléka választja. Úszást 10–15, téli sportot 2–15, turisztikát 1–4% választ. Különösen a téli sportok aránya kicsi a középiskolában (2%), jóllehet a 14–18 éves fiatalokkal téli szabadtéri órákat az általános iskolásoknál könnyebb tartani.

Egyazon tantervi témakör tanmenetét, amit mellékletként kértünk, csak a kérdőívek fele tartalmazott. A tanmenetrészletek megmutatták, hogy a tanterv lebontása még inkább a korábbi tanterv koncepcióját tükrözi. Az új tanterv szerint tanító pedagógusoknak, úgy látszik, egy évnél hosszabb idő szükséges ahhoz, hogy az új tanterv koncepciója szerint bontsák fel a tanítási anyagot. Először a célokat és feladatokat határozzák meg, és a tanítási anyagot ennek eszközeként dolgozzák fel.

Az új testnevelési tantervek kipróbálásáról csak dióhéjban számolhattunk be, de ezen belül igyekeztünk azokra a kérdésekre kitérni, amelyek a gyakorlati munkában a legnagyobb érdeklődésre tarthatnak számot, valamint segítséget nyújthatnak a testnevelést tanító pedagógusoknak a következő évek szakmai munkájához.

A RÖPLABDA TANÍTÁSÁNAK PROGRAMOZÁSA

O. Majersky a röplabda tanításnak programozására tesz kísérletet. Az eddigi tapasztalatokból indul ki. A programmodell készítését az alábbi részfeladatokra bontja:

1. A végső cél kitűzése.
2. A részcélok kitűzése.
3. A részcélok rendszerének kialakítása.
4. A részcélok elérését biztosító feladatok meghatározása.
5. A feladatok rendszerének és ellenőrzésüknek összeállítása.

A tanulói aktivitás megőrzése érdekében a szerző kidolgozta a visszacsatolás rendszerét is: O. Majersky úgy véli, hogy a röplabda tanításának programozása mintául szolgálhat más labdajátékok tanítása programjának kidolgozásához is.

(Telesné Vychova Mladeze, 1975. 8. 354–358 p.)

FÖLDES–KUN–KUTASSI:

A magyar testnevelés és sport története

(Sport, Bp. 1977. 535.)

Nagy bátorságról tett tanúságot a Medicina Könyvkiadó, amikor elhatározta, hogy megjelenteti a fenti művet, amely testnevelési főiskolai tankönyv, s egyben könyvesbolti forgalomba is kerül. Nemkevésbé a szerzők, akik azonban kellő elméleti felkészültséggel láttak neki feladatuk elvégzésének. Bár ebben a témakörben jelentős írások láttak már napvilágot, marxista–leninista igényű összefoglaló mű még nem született. Márpedig gazdag testkulturális múltunk tudományos és pártos szintetizálása régi igény volt. Ez a hézagpótló mű tehát jelentős szerepet tölthet be az oktatásban, a jövő testnevelőinek, edzőinek és sportvezetőinek nevelésében, és szélesebb érdeklődésre is számot tarthat a sportközvéleményben.

A kiadó ismert sporttörténészeinket, dr. Földes Évát, dr. Kun Lászlót és dr. Kutassi Lászlót kérte fel a tankönyv megírására, akik népszerű, tudományos módszerrel végezték el feladatukat. Szerkezetileg a köztörténetírás kronológiáját követték, s az egyes fejezeteken belül visszatérően elemezték az iskolai testnevelés, a versenysport, a TF stb. fejlődésének történetét, beleágyazva azt az adott korszak gazdasági, politikai és kulturális viszonyaiba, szem előtt tartva a társadalmi haladás, a nemzeti

függetlenség ügyét. A szerzők lényegében sikeresen küzdötték le az objektív nehézségeket is: a részterületek feltáratlanságát, testkultúránk tisztázatlan elméleti kérdéseit, csupán a terminológia területén nem sikerült ezt elérniük. Az 535 oldalas művet gazdag képanyag, illusztrációk, táblázatok, bibliográfia, név- és tárgymutató és időrendi táblázat egészíti ki.

A honfoglalástól napjainkig mintegy tizenegy évszázad testkultúrájának története elevenedik meg a tankönyv lapjain. Megismerkedünk a honfoglaló magyarok életmódjával, a lótenyésztéssel, a vadászattal, a harcászattal. A kortárs Bölcs Leótól megtudjuk, hogy a magyarok életében központi kérdés volt a katonáskodás, s ennek megfelelően edzettek, erősek voltak, jól birták a nélkülözéseket. Mint a lovas-pásztor népek általában, rengeteget gyakorolták a lovaglást, a nyilazást, jól bántak a kopjával, a szablyával, a karddal, s fizikai edzettségükkel nagy lélekerő, bátorság párosult. Ezek az időben távoli dolgok a ma számára is sok tanulságot jelentenek. Nemcsak egy sor modern sportág ősét ismerjük fel a bőségesen közölt tényekből, adatokból, hanem olyan jelentős elméleti következtetésekre is juthatunk, hogy a testkultúra a munkából ered, a munkától vált külön a termelőerők fejlődése során, s úgy lett önálló kulturális tényező, hogy továbbra is megtartotta szoros kapcsolatát a munkával.

A honfoglaló magyaroktól elindulva fokozatosan kibontakoznak előttünk a feudalista társadalmi rendszer fejlődésének lépcsőfokai, egyfelől az egyházi, a világi nevelés, a lovagi párviadalok, másfelől a népi testkultúra legszebb hagyományai, amelyet elsősorban a folklór segítségével tártak fel. Felelevenedik előttünk Botond és Lehel alakja, a Toldi-mondakör, amelyet Ilosvai Selymes Péter 1576-ban dolgozott fel, hogy általa új erőt öntsön a három részre szakadt ország ifjúságába. Megismerkedhetünk a késői feudalizmus testkultúrájával a végvárakban és a születő városokban, nyomon követhetjük a humanizmus és a reformáció eszméinek hatását, amelyek a magyar testkultúrában is új irányt, törekvést jelentettek, többek között az első próbálkozásokat az iskolai testnevelés bevezetésére. Részletesen olvashatunk Apáczai Csere János és Janus Amos Comenius magyarországi tevékenységéről. Megtudjuk, hogy a 18. század első felében a nagyrészt jezsuita kézben lévő iskolákban testgyakorlás helyett aszkétikus gyakorlatokkal sanyargatták a fiatalokat. Ebben a helyzetben, a felvilágosult abszolutizmus eszmeáramlatának eredményeként, a Mária Terézia által kiadott első, átfogó iskolai rendelet, a „Ratio Educationis", magyarellenessége és egyoldalúsága ellenére úttörő jelentőségű volt; iskolai testnevelési szempontból is. Ezt a rendeletet korábban egyes történészeink hajlamosak voltak egyértelműen negatívan értékelni, s csak helyeselni lehet azt az objektivitást, ami a tankönyv lapjain e kérdésben is megnyilvánul.

1790 után, a reformkori nevelési törekvésekbe ágyazva, a polgári-nemzeti testkultúra kialakítására vonatkozó törekvéseket ismerhetjük meg. A tankönyv joggal titulálja a modern magyar testkultúra úttörőinek Wesselényit, Széchenyit, Kossuthot és másokat, közöttük olyan kiemelkedő pedagógusokat, mint Tavasi Lajost, Clair

Ignácot és Teleki Blankát. Az 1848–49-es forradalommal és szabadságharccal kapcsolatban több érdekes dokumentumot láthatunk, köztük a Vasvári Pál vezette pesti egyetemi ifjúság követeléseit, amelyben a „testgyakorló intézetek és egyletek felállítása" is szerepelt; az első magyar tanügyi kongresszus átfogó iskolareformtervezetét, amelyben a testnevelés egyenesen mint „nemzetnevelő és honvédő eszköz" jelentkezett; Kossuth rendeletét a Pesti Testgyakorló Intézet államosításáról s a testgyakorlás bevezetéséről a „falusi tanodákban is".

A szabadságharc bukása után, az önkényuralom és a kiegyezés időszakában erősen visszaesett, de nem szűnt meg a testkultúra fejlődése. 1867-ben pedig Eötvös József kultuszminiszter rendeletileg előírta a gimnáziumi tanulók kötelező testgyakorlását, s az 1868-as XXXVIII. tc. pedig az elemi és polgári iskolákra is kiterjesztette azt; a „gimnasztikusokat képző állami intézet" (TF) felállításáról is gondoskodott. Ismeretes azonban, hogy ezeknek az elkésett rendeleteknek a végrehajtása évtizedekig elhúzódott. A század vége felé jelentkeztek először hazánkban a munkásosztály sportbeli kísérletei. A Budai Munkásegylet volt az első szervezet, amely alapszabályszerű feladatai közé sorolta a testkultúra művelését (1868). Később sorra megalakultak az önálló munkássportklubok: a Vorwärts, az MTE, a TTE, a Vasas stb. Az önkényuralom és a kiegyezés időszakának rendkívül alapos, sok új tényt feltáró és az eddiginél reálisabb értékelése kimutatja, hogy a magyar kapitalizmus a sajátos „porosz úton" fejlődött, testkultúrája ennek ellenére magában hordozott bizonyos liberális, polgári tendenciákat és az egyre erősödő munkásmozgalmat. Ezek az erők akadályozták meg, hogy az iskolai testnevelés egyértelműen a militarizmus eszköze legyen, illetve ezek teremtették meg a szűk bázison alapuló élsportot, amely az olimpiákon máig is tartó sikersorozatot ért el. A porosz utas fejlődés árnyékában azonban az iskolai testnevelés, a népegészségügy, a szakkáderképzés, a létesítményhálózat nem fejlődhetett európai színvonalon. A tankönyv olvasása közben szinte önként adódik a következtetés: ebben a korszakban lehet a gyökere mai szemléletbeli és egyéb problémáinknak.

Az első világháború, az őszirózsás forradalom után, a Magyar Tanácsköztársaság idején „A testben és lélekben harmonikusan fejlődő emberiség..." (Vörös Újság) magasztos eszméi terjedtek el, a munkáshatalom szocialista koncepciót dolgozott ki a testkultúra fejlesztésére, és megkezdte annak végrehajtását. Küszöbön állt az iskolai testnevelés széles körű bevezetése, a proletárok, parasztok és proletárkatonák testedzése, a TF megalakítása stb., de mindezt megakadályozta az ellenforradalom, a külföldi intervenció.

Az ellenforradalmi rendszer hatalomra jutása a munkássportolók és a haladó polgári sportemberek kíméletlen üldözésével kezdődött meg, s a népellenes célok és módszerek mindvégig jellemzőek maradtak a Horthy-korszak testkultúrájára. Az ellenforradalmi erők már 1919 szeptemberében megkezdték a testnevelés és sport átszervezését. A VKM és a HM képviselői tárgyalásokat kezdtek arról, hogy a magyar ifjúságot militarista szellemben neveljék, „a testnevelés útján titkos hadsereggé szervezzék" és egy szovjetellenes intervencióban csatasorba állítsák. Ezért hozták létre nagy sietséggel a MOVE (1920), a cserkészszövetség (1920) és a leventemozgalom (1921) szervezeteit, és ezért akarták az egész iskolarendszert „katonai utánpótlás területként" militarizálni. A két minisztérium között azonban ellentétek keletkeztek, persze nem a célok, hanem az eszközök tekintetében. A HM nyílt, a VKM burkolt militarizálást akart végrehajtani, s végül az utóbbi szempont érvényesült, amely a klebelsbergi testnevelési koncepcióban nyert végleges megfogalmazást. A tankönyv érdeme, hogy feltárja a kulisszák mögötti tárgyalásokat, és egyértelműen kimutatja, hogy a klebelsbergi koncepció nem volt más, mint a testkultúra társadalmi szerepéről szóló ellenforradalmi koncepció. Klebelsberg is, mint a bethleni konszolidáció minden politikusa, az osztályharc elkendőzésére, a hamis nemzeti egység megteremtésére törekedett. Ezért élesztették fel és hamisították meg az ősmagyar mondakört, a népi folklórt, és ezért hirdették meg a nacionalista, a soviniszta, az irredenta eszméket. 1938-tól pedig egyre nyíltabban használták fel a testkultúrát a második világháborúra való felkészülésre. Nagy érdeme a tankönyvnek, hogy részletesen feldolgozta a Horthy-korszak munkássportmozgalmát, továbbá a TF és általában a sportszakemberképzés történetét.

A felszabadulás utáni korszak történetének megírása is nehéz feladat lehetett, mert hiányzik még az a történelmi távlat, amelyből elfogulatlanul lehet szemlélni a társadalom mozgásának s benne a testkulturális mozgásnak fő tendenciáit, okait. Nehéz volt a feladat azért is, mert vállalni kellett a kortárs szemtanúk egymástól eltérő, nemegyszer kritikus véleményét. A tankönyv azonban e fejezetben is eleget tett a kívánalmaknak. Hangsúlyozza, hogy abban a forradalmi folyamatban, amely a felszabadulással kezdődött, s amely a kultúra minden ágában a kizsákmányolással fordult szembe, megszűntek a társadalmi egyenlőtlenségek. A testkultúrában is elértük már, hogy minden állampolgár jogi (politikai, vagyoni, vallási stb.) korlátozás nélkül részt vehet benne, bár a szemléleti és anyagi nehézségek még erőteljesen érvényesülnek. Helyesen állapítja meg, hogy a szocialista testkultúra fejlődésének szakaszai általában megfelelnek a társadalom gazdasági, politikai és kulturális fejlődése alakulásának. Három szakasz keretében tárgyalja az iskolai testnevelés és sport, az élsport stb. kérdéseit, de mindenekelőtt azokat a politikai változásokat, amelyek végső soron meghatározták testkultúránk fejlődésének útját.

Az első periódus történetéből (1944 vége – 1948 eleje) a népi demokratikus forradalom győzelmének képe bontakozik ki, továbbá az a tanulság, hogy ez a szakasz a testkultúrában is a hatalomért folytatott harc szakasza volt. A testkultúra fejlődése közvetlenül alá volt rendelve a politikai erők küzdelmeinek, a fejlődés iránya, tempója minden esetben a társadalmi harcok változatos mozgását követte, attól függött. Ugyanakkor a testkultúra relatív önállósága, a politikai folyamatokra való visszahatása is szinte azonnal érvényesült. A második periódus (1948 – 1963) a szocialista testkultúra alapjainak leraká-

sát mutatja be a társadalmi élet s benne a testkultúra fő területein. A harmadik periódus (1963-tól 1973-ig) a szocialista testkultúra kibontakoztatásának, teljessé tételének helyzetét ismerteti, összhangban a fejlett szocializmus felépítésének általános feladataival. Hangsúlyozza, hogy ez a szakasz még nem zárult le, s eddig csak fő tendenciái mutathatók ki. Ide kívánkozik a tankönyvnek az a megállapítása, hogy 1945 óta az általánosan eredményes fejlődésen belül, a testkultúra egyik fő ága, a testnevelés a legutóbbi időkig el volt hanyagolva, míg a másik fő ág, a sport dinamikusan fejlődött. Ugyancsak őszintén rámutat fejlődésünk kulcskérdésének, a testnevelési és sporttudományok fejlődésének elégtelen voltára. A magyar testnevelés és sport eddigi története a testkulturális fejlődés tendenciáiról, a múlt és a jelen alapján felvázolható jövőkutatásról szóló fejtegetéssel fejeződik be, ami azonban kissé túlhalad a történettudományi kereteken, és inkább a testkultúra-elmélet körébe tartozik.

Befejezésül megállapítható, hogy a magyar testnevelés és sport történetének összefoglaló műként való megírása és közreadása sikeres munka volt, jól formálhatja a szakemberek és a laikusok történelmi, politikai szemléletét, szocialista gondolkodását.

Dr. Terényi Imre

A TESTNEVELÉS HATÁSA AZ ISKOLÁSFIÚK PSZICHIKAI FEJLŐDÉSÉRE

J. Snel, K. Ras szerint a testnevelés általános célja a testi fejlődés előmozdítása, a teljesítményre való hajlandóság és képesség növelése, az együttműködési készség fejlesztése. A kísérlet során – melybe 70 amszterdami 12–13 éves iskolásfiút vontak be, kb. fele-fele arányban kísérleti, illetve kontrollcsoportot alkottak – a szerzők azt vizsgálták, milyen hatással van a testnevelés a gyermekek lelki fejlődésére. Ennek vizsgálatára a kísérleti csoportban a testnevelésórák számát háromban, a kontrollcsoportban heti egy órában határozták meg. A változás kimutatására előzetes és utófelmérést végeztek. A vizsgált lelki tényezők: a teljesítménymotiváció, a serkentő és a gátló izgalom, az együttműködési készség, a személyiségfejlődés, a pszichoneurotikus panaszok hiánya, az iskolához való viszony, a testnevelés mint tantárgy megítélése. A *heti két testnevelési többletóra hatása általában nem mutatkozott meg számottevően. Nyitott kérdés* azonban, milyen eredmény született volna, ha a kísérleti csoportban a heti óraszámot magasabbra emelik, ha a kontrollcsoportban nullára redukálják az óraszámot, s továbbá, hogy milyen adatokat kapnának, ha nem a rövid-, hanem a hosszú távú hatásokat mérnék.

(International Journal of Physical Education, 1976. No. 2, 10–14. p.)

N: 17.610

SZABÓ LÁSZLÓ:

A vívás és oktatása

(Második bővített, átdolgozott kiadás, Sport, Budapest, 1977. 299.)

A könyv a vívásról szól, mégis minden testnevelő tanárnak ajánljuk. Úgy véljük, azok az elvek, törvényszerűségek, amelyeket a szerző több mint negyven év tapasztalatából átnyújt nekünk, minden sportágra érvényesek. Így vall elveiről, a vívásról a kötet előszavában: „Mint vívómestert az az elv vezérelt, hogy ne csak vívni tanítsak, hanem legmesszebbmenően neveljek is! Egész emberré

igyekeztem formálni tanítványaimat, akik – előlegezett bizalommal – rám bízták versenyzői pályafutásukat, és ez felelősségérzetet jelentett számomra. Nem adhatott felmentést a felelősség alól sem a gyerekek eltérő adottsága, erkölcsi, akarati, jellembeli tulajdonsága, sem az oktatás mostoha feltételei. A legnehezebb körülmények között igyekeztem megtalálni azokat a módszereket, amelyekkel mind a szülők, mind a tanítványok bizalmát valóra válthattam.

Célom az volt, hogy soha ne kerüljön ki a kezem alól csalódott vívó! A tanítvány csalódhat önmagában – beismerve, hogy alkalmatlan a versenyzésre; csalódhat mesterében, mint akivel emberileg nem tudott közös nevezőre jutni; de semmi esetre sem csalódhat magában a vívásban! Ez pedig elsősorban rajtam múlik. Türelemmel és felelősséggel tanítottam, neveltem nemcsak a tehetségeket, hanem a kevésbé ügyeseket is. Megpróbáltam lebilincselni őket egy életre a vívósport táborába."

N. S.

A sportetikától az iskolai testnevelésig

(Szerkeszti: dr. Nádori László)
A sport és testnevelés időszerű kérdései 16.
(Sport, Budapest, 1977. 181.)

Változatos tartalom jellemzi a kötetet. A tanulmányok a sport és a testnevelés egy-egy viszonylag önálló területét elemzik, ismertetik, vizsgálják. Jól példázza ezt a kötetet, hogy ha időszerű kérdéseket akar a szerkesztő a könyvbe felvenni, akkor alkalmazkodnia kell a sport és testnevelés rendkívül szerteágazó természetéhez.

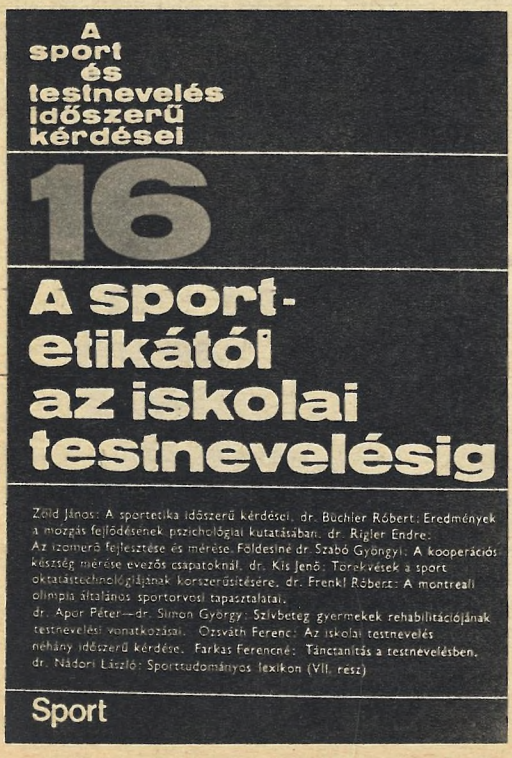
A kötet egyik címadó tanulmánya: Zöld János: A sportetika időszerű kérdései. A minden időben időszerű sportetikai kérdések iránt napjainkban növekedtek a társadalmi igények. A kérdésekre a választ csak alaposan kidolgozott sportetika adhatja meg, és „testnevelő tanárainkat, edzőinket, sportvezetőinket nemcsak eddig hiányzó, hanem korszerű alapokon nyugvó sportetikai ismeretekkel kell felfegyvereznünk, megnövekedett és egyre nehezebb feladataik még jobb ellátása érdekében". A sportetika elméleti kérdéseinek tisztázása után a szerző az aktuális feladatokat is elemzi, és felhívja a figyelmünket, hogy „az egészséges, kiegyensúlyozott erkölcsi légkörnek teljesítményfokozó jelentősége is van".

Dr. Büchler Róbert írása (Eredmények a mozgás fejlődésének pszichológiai kutatásában) a motorikus műveletek elsajátításával és a mozgásszint meghatározásának kérdéseivel foglalkozik. Hangsúlyozza, hogy „a motorikus fejlettség semmiképpen sem írható le, nem ábrázolható az egyes tényezők, például a testi erő, a gyorsaság növekedésének görbéi alapján. Ugyanis az erő, a pontosság stb. fokozódásával a fejlődés minden szakaszán, fokán ugrásszerű, minőségi változások is tapasztalhatók". Ezért nem lehet ma még a különböző mozgásos teljesítmények közös alapjait kimutatni és az egyes mozgásfejlettség vizsgálatára alkalmazott próbát a kiválasztásra felhasználni.

A testnevelő tanárok közvetlenül is felhasználhatják dr. Rigler Endre összefoglaló jellegű tanulmányát az izomerő fejlesztéséről és méréséről, különösen az edzésterhelést feljegyző részt és a táblázatokat. Ezenkívül természetesen az erőfejlesztés általános elméleti kérdéseire, formáira és mérésére is választ kapunk.

Földesiné dr. Szabó Gyöngyi: A kooperációs készség mérése evezős csapatoknál című tanulmánya egy újszerű, laboratóriumi körülmények között végzett kísérlet leírása, a kérdések első megközelítése.

Törekvések a sport oktatástechnológiájának korszerűsítésére a címe dr. Kiss Jenő írásának, amely a sport az iskolai testnevelés és az egyetemi testnevelő tanárképzés szempontjából veti fel az oktatástechnológiai szemléletmód szinte teljes hiányát. Van mit változtatni! „Az általános és középiskolai testnevelésben – írja – eszközeinket nem használják, az oktatástechnológiai szemléletmód nem érvényesül." A szemléletmód változásának azért van alapvető jelentősége, mert a szerző véleménye szerint „az oktatástechnológia anyagi fedezete a testnevelési és sportmozgalomban is megvan".



A montreali olimpia sportorvosi tapasztalatait elemezve Frenke Róbert három vonatkozásban foglalkozik a tanulságokkal: 1. A sportorvosi munka szerepe napjaink versenysportjában (a dopping kérdése, az anabolikus szteroidok alkalmazásának problémája stb.). 2. Hogyan szolgálta a sportorvosi munka a magyar olimpiai szereplést? 3. A jövő sportorvosi feladatai (tápszerek készítése a versenyzők számára, a kiutazás időpontjának a megválasztása stb.).

Dr. Apor Péter és dr. Simon György (szívbeteg gyermekek rehabilitációjának testnevelési vonatkozásai) elsősorban kísérleti és megfigyelési eredmények alapján válaszol arra a kérdésre, hogy mik a teendők a szívbeteg gyerekek (minden évben 2000 gyerek születik szívhibával) rehabilitációjával, mennyire káros a már gyógyult gyerekek túlzott kímélése.

A kötet két tanulmánya közvetlenül az iskolai testnevelés kérdésével foglalkozik (Ozsváth Ferenc: Az iskolai testnevelés néhány időszerű kérdése; Farkas Ferencné: Tánctanítás a testnevelésben). Ozsváth Ferenc tanulmánya foglalkozik az iskolai testnevelés szinte valamennyi kérdésével, például az alsó tagozatos testnevelés mostoha körülményeivel, a testnevelésórák merev szerkezetével, felépítésével, a megmerevedett módszerekkel, a tanárképzés helyzetével, a napközis gyerekek egészségi helyzetével és nem utolsósorban a testnevelő tanárok mostoha körülményeivel is.

Farkas Ferencné részletesen leírja, hogyan valósulnak meg a néptáncórák a tanítási gyakorlatban, de hangsúlyozza, „hogy a tánc és testnevelés összekapcsolása a testi nevelés feladatainak megvalósítása érdekében nem könnyű feladat. Amellett, hogy maximálisan kiemeltem a tánc jelentőségét – írja –, megfelelő arányban alkalmazva a testnevelési tanterv mozgásanyagával, mégis rendkívüli óvatosságra intek mindenkit". A kötetet dr. Nádori László sporttudományos lexikonának hetedik része zárja.

N. S.

„Röpke ifjúságomnak siratnivaló darabja az az idő, melyet a világ legjobb diákjaival töltöttem együtt"

1927-ben, idestova 50 évvel ezelőtt jelent meg Somorjai László: „Módszeres testnevelési vezérkönyv" című kiadványa, melyet a debreceni Tanítóképző számára írt, és amely az akkori idők első olyan általános iskolák számára készült testnevelés-szaktárgyból íródott nyomtatványa, ami módszeres oktatását tartalmazta a testnevelés tanításának.

Szép hagyomány, hogy módszertani folyóiratunk egy-egy hasábot szentel a szakmában kiválóan dolgozók egyes alakjainak. Ez a jubileum megfelelő indíték...

Ötödik éve, 1972 óta vagyok levélváltásban Laci bácsival, azóta ismerjük egymást, hallottunk egymásról. Véletlen névazonosságunk és a „testnevelő tanárság" hozott össze minket. Személyes találkozásra csak ebben az évben került sor, négyévi „papírismeretség" után. Várakozásomban nem csalódtam; Somorjai László tanár úr ma, 77 éves korában – hiszen a századfordulón, 1900-ban született – olyan kiállású, olyan ítéletű, tiszta látású, biztos szakember, amilyennek cikkeiből, publikációiból, leveleiből megismertem, ahogy írásaiból nagyon sokan ismerik. Az a fajta „fanatikus", aki nemcsak biztosan tudta minden körülmények között, hogy mit akar, hanem azt is, hogy hogyan kell ezeket a tudatos álláspontjait megvédeni, elvégezni... „Klasszikus testnevelő" – ahogy ezt manapság mondjuk –, hiszen abban a hőskorban élt, amikor első számú feladat volt megküzdeni a pálya elismertetéséért. Függetlenségi szellemben nőtt fel. Édesapja, aki maga is pedagógus, tanító volt, az egész községet – Laci bácsi szülőfaluját, Cecét – átállította az intenzív konyhakertészetre, és állandó gyümölcstermesztésre buzdította a falu népét. Véleményét tartó, szókimondó ember volt.

1922-ben szervezte meg a Debreceni Kollégium az ország első testnevelő tanári állását, amelyet Somorjai László töltött be. Ez az egy testnevelési tanszék volt abban az időben, ahol ún. rendes, kinevezett tanár oktatta a testnevelést. 1948-ban szűnt csak meg, és bár Laci bácsiból hajdani tanárai „fővárosi tanárt" akartak faragni, de: „én nem lettem hűtlen ahhoz az iskolához, mely engem felemelt, s meghívott". Hajdúnánásra került.

Ambíciójára, tudásvágyára jellemző, hogy állásba kerülése után érezte kiképzésének hiányait, tudta, hogy Európa akkori egyik „leghíresebb" iskolájában csak úgy állhatja meg a helyét, ha először szakmailag és általánosan továbbképezi magát.

1925-ben és 27-ben Bécsbe látogat, egy hónapra Olaszországba megy, és több hónapos látogatást szervez Lett-, Észt-, Finn- és Svédországba, ahonnan egy „hónaaljnyi" szakkönyvvel tér haza. 1936-ban magánszemélyként részt vesz a berlini olimpián, s szétnézve Németországban, sok tornaegyletet és létesítményt látogatott meg. Bár a későbbiek folyamán a külföldi látogatásokat ritkítani kénytelen, mind a mai napig nézője minden olyan rangos sporteseménynek, ami nagy érdeklődésre tarthat számot, még ha a fővárosba kell is felutaznia érte.

„Legnagyobb sikeremnek azt tartom – írja –, hogy intézetemben a testnevelés egyenrangú tárgy lett a többivel – és olyan képesítőt kellett belőle tenni, mint a többi tárgyból. A mostani szemlélethez hasonlóan – folytatja Somorjai tanár úr –, eleinte a más szakos kollégák prüszköltek ez ellen a „betörés" ellen, csak akkor eszméltek rá, hogy nekem volt igazam, mikor tevékenységemen át a képző lett a város vezető, megbecsült iskolája."

A képző első komoly sportsikerei egyébként akkor születtek, mikor a KISOK keretében megrendezésre kerültek a Tanítóképzők Versenyei – minden akkor elkép-

zelhető sportágban. Éveken át a Debreceni Tanítóképző volt a győztes, szinte komoly versenytárs sem akadt a 17 aspiráns közül.

„Volt annyi atlétám, tornászom – mondta Somorjai tanár úr –, hogy egy-egy verseny előtt magamhoz hívattam a sportköri elnököt, aki rendesen ötödéves képzős volt, s vele állapítottuk meg azt, kik képviselik iskolánkat ezen vagy azon a versenyen. Mikor kb. egy-két héttel a verseny előtt ez a szelekció megtörtént, csak éppen az összeszokás kedvéért foglalkoztunk ezekkel a kiválasztott tanulókkal. Tehát – mondta – nem kellett külön »kitenyészteni« ezeket, mert ott álltak tömegével iskolámban."

Ezt természetesen úgy érhette el Laci bácsi, hogy saját bevallása szerint nem edző típusú, hanem inkább tömegnevelő tanár volt. „Hamar rájöttem – írja egyik levelében –, hogy az iskola valódi célja a tömegtestnevelés a szakmánkban." A tanítóképző 400 tanulója közül – saját bevallása szerint – 10–12 olyan hallgató lehetett, akinek nem volt hozzáállása a tárgyhoz. 18 óra volt abban az időben a kötelező. A heti két óra tömegsportot az idő függvényében a tornateremben vagy az udvaron, esetenként a DEAC sportterén tartotta. Ezeken a rendezvényeken alkalmanként az iskola közel fele képviseltette magát 100–150 diákkal. A foglalkozások végén névsorolvasás volt, és a részvétel szorgalmi jegynek számított.

„Tornászaim, vívóim, úszóim, atlétáim, sportjátékosaim – mondta Laci bácsi – a városban előkelő helyet harcoltak ki maguknak. »Győzni vagy meghalni« – ez volt a jelszó, pedig nem tartottam magam edző típusú tanárnak. Tömegsport-foglalkozásaimon udvaromon ott volt a súlydobó, diszkoszdobó kör, ugróteknő, kosárlabdaállvány. Ez a tömeges indíttatás volt a mindenkire ható nevelési érték."

Iskolai elfoglaltsága mellett elméleti kérdésekkel foglalkozik. Tanulmányokat ír, szervez, dolgozik. 1927-ben a „Módszeres testnevelési vezérkönyv" kiadása után egy évvel már megjelenik következő munkája, a „Testnevelés ott, ahol semmiféle felszerelés nincsen". 1930-ban soron következő műve az „Iskolai testnevelési és sportünnepélyek". Írt és ír minden pedagógiával foglalkozó lapnak. A TTC-közlönyben kezdte meg harmadmagával a testnevelő tanárok egyenjogosultságáért való harcot. E cikkek nyomán kerültek a testnevelők az addigi X. fizetési osztályból a IX.-be. 1948-ban új munkába kezd: dr. Kálmáncheyvel és Énekessel Hajdúnánáson megírták a „Kislétszámú iskolák testnevelése" című művet. 1957-ben Debrecenben dr. Cseke Dénessel és egy munkaközösséggel az „Általános iskola alsó tagozatának testnevelése" c. munkát fejezték be.

Somorjai László tanár úr szervezői munkája külön fejezetet érdemel: 1923 óta két év kihagyással minden évben sítábort vezet. Vízi túrákat szervezett a Tiszán, Szamoson, Körösön saját készítésű csónakokon. Mint megyei szakfelügyelő, 1945 után több olyan tábort szervezett, ahova a tsz-tagok gyermekeit vitte magával. A költségeket valóságos „bűvészként" teremtette elő. Vagy a növendékei kiállításaiból befolyt összegeket, vagy a minden évben kialakított korcsolyapálya belépti díjaiból segítette a szegényebb gyermekeket. 1963 óta nevelőknek szervez minden évben iránymutató tanulmányi kirándulásokat (ebben az évben egy olasz és két csehszlovák utat). A télen egy csoporttal Zdiárba készül. Lakhelyén, Hajdúnánáson megszervezte ebben az évben a nyugdíjas pedagógusok körét. Ennek első elnöke. Tavaszi első tanulmányi kirándulásukon 41 fő vett részt. Laci bácsinak ilyen és ehhez hasonló társadalmi munkáit talán oldalakon keresztül lehetne sorolni.

Sokirányú elfoglaltsága mellett mindig súlyt helyezett a továbbképzésre, szakmai előrelépésre. Röplabdából,

tornából, atlétikából az idők folyamán edzői képesítést szerez. Később sízésből is, bírói minősítéssel együtt. Úszómesteri tanfolyamot végez. Eredményei révén tagja: az Országos Torna Szövetségnek, az Országos Síszövetségnek, megyei, járási, városi TS-eknek. Tagja a Testnevelési Tudományos Társaság Pedagógiai tagozatának.

A két háború közt a debreceni testnevelő tanárok titkára, és évente előadásokat tart. A nagy tiszai árvíz idején 50 tagú brigádot szervez, és velük vesz részt a mentési munkálatokban. Megszervezte a tokaji síugróállomást.

Hogyan oktatott Somorjai László tanár úr 50 éves jubiláns könyvéből, a „Módszeres testnevelési vezérkönyvből"?

„Úgy oktattam – mondta Laci bácsi –, hogy a harmadik osztályban az első-második elemi anyagát tanítottam az idevágó módszertannal. Ebben az időben az ún. játékos testnevelési módszer volt a divat. A negyedik és ötödik évfolyamban a harmadik-negyedik osztály anyagát dolgoztuk fel, míg a hatodik osztály volt hivatott arra, hogy a képesítő előtt az ötödik-hatodik osztályok anyagának kimunkálását elvégezzük. A képesítőn, mert ez is volt testnevelésből – folytatta a tanár úr –, kapott minden tanulóm egy elméleti kérdést ennek a könyvnek az anyagából, pl.: vezessen le egy őszi órát harmadik-negyedik osztályban. A növendék erre az ott lévő gyakorló iskola harmadik-negyedikes tanulóival elkezdte az oktatást. Általában az A, B rész után elégségesnek tartottuk a feleletet. Volt olyan is: hogy a növendék úgy kapta

a tételt: oktass második osztályban a C órarészből, vagy oktass ötödik-hatodik osztályban játékot stb. Erre a feleletére kapott egy osztályzatot, és utána következett a gyakorlati kérdés: Ugorj át gurulóval egy magasságot; vagy: Hajítsd el a kislabdát nekifutással! stb. A harmadik kérdésünk általában újból atlétikából volt. Ilyen: hány része van a távolugrásnak, miként oktatnád a távolugrást? Erre a válaszadó a távolugrás technikáját részeire bontotta, elmondta: hozzáállás, nekifutás, dobbantás, repülés, érkezés stb.

Így jutott ki tőlünk a képzős úgy, hogy kész testnevelés-tanító lett. Természetesen — mondta Somorjai tanár úr — a képesítő jegyéhez számítottam az évközi sportmunkáját is. Az is új volt abban az időben, amit én honosítottam meg, hogy a tanítóképző anyagát szétszedtem felépítése, összetettsége alapján. Az osztályok számára kijelöltem a megoldandó feladatokat, és ezeket óráimon gyakoroltuk. Minden évben négyszer: ősszel, félévben, háromnegyedévben és év végén »lefeleltek« a kijelölt osztály anyagából, és így kaptak osztályzatot. Aki gyakorlott volt, az tudott, aki lusta volt, az megérdemelten kapta azt a jegyet, amelyet igyekeztem objektíven megítélni. Minden gyakorlatnak volt egy pontértéke, s ezt a hallgató felelete alapján adtam. Mielőtt beírtam volna a jegyét, mivel ő is ismerte a kiszabott feladatok pontértékét, maga állapította meg mit vár, mit érdemel. Önértékelésre sarkalltam őket. Érdekes, hogy legtöbbször azt a jegyet adtam, amit a felelő saját maga is — józan önkritikával — érdemnek tartott. Érzésem szerint ez az értékelés juttatta azután iskolámat addig, hogy általában minden tanulóm konyított mindenhez, ami az iskolai testnevelés problémaköréhez tartozott."

Szorgos munkásságának kiváló eredményei kamatoztak hosszú szakfelügyelői pályáján is. 15 évig a debreceni járás szakfelügyelőjeként 91 iskola tartozott a keze alá. Sokat fáradozott azon, hogy az összes iskola felállíttassa a függőszerkezetet, ugróteknőt építtessen, és ahol nem kínálkozott más lehetőség, olyan eszközt teremtsen, ahol egészséges, edzett, erős emberek nevelődhetnek. Amelyik iskolában sehogyan sem ment úgy a munka, ahogy szerette volna, ott az iskola nevelőtestületének részvételével bemutató tanítást szervezett, ahol megmutathatta, mit miért kér és hogyan.

Somorjai László tanár úr 63 évesen, 43 évi munka után saját elhatározásából ment nyugdíjba. Számos kitüntetés, elismerés jutalmazta fáradozásait. Az Oktatásügy Kiváló Dolgozója, Kiváló Úttörővezető, A Magyar Népköztársaság Sport Aranyérdemérmének tulajdonosa, a Síszövetség Aranyplakettjének, az Arany Tanító Éremnek birtokosa, aranydiplomás és még számtalan oklevél elismert gazdája. Amit ezen a pályán el lehetett érni, azt elérte. Munkás élete sorozatos élmények, események közt zajlott és zajlik. Nem véletlen, hogy egyik levelében így ír:

„Életem olyan sokszínű tevékenységben telt el, mely engem újabb és újabb, több és több munkára serkentett, és ez a színes élet volt életem örömet szerző tartalma."

Somorjai László

10 éves a Veszprém megyei Testnevelő Tanárok Klubja

A Veszprémi Vegyipari Egyetem Testnevelés Tanszéke, a Veszprém megyei Tanács VB Művelődésügyi Osztálya, Testnevelési és Sporthivatala, a Veszprém megyei Továbbképzési és Nevelési Tanácsadó Központ a Pedagógusok Szakszervezete Veszprém megyei Bizottsága támogatásával 1968. március 15-én életre hívta a Veszprém megyei testnevelő tanárok klubját.

Azóta minden év tavaszán egy egésznapos rendezvény keretében összejönnek a megye testnevelő tanárai, hogy a célkitűzésnek megfelelően sajátos továbbképzésen, klubszerű foglalkozáson vegyenek részt.

A Magyarországon egyedülálló rendezvény 10 esztendeje alatt a Veszprémi Vegyipari Egyetem Testnevelés Tanszékére látogatott, és aktuális témakörben előadást tartott dr. Hepp Ferenc kandidátus (1968), Burka Endre, az OPI országos szakfelügyelője (1969), dr. Csanádi Árpád, az OTSH elnökhelyettese (1970), dr. Nádori László kandidátus, a TFKI igazgatója (1971), Zalka András, a TF rektorhelyettese (1972), Fónay Tibor nyugalmazott pedagógia-pszichológia tanár (1973), Páricska Zoltán (1974), Koltai Jenő, a TF rektora (1975), Háli József, a VMTVB Testnevelési és Sporthivatalának elnöke (1976) és Szabó Géza, a VMTVB Művelődésügyi Osztályának helyettes vezetője (1976).

Az 1977. március 15-én megtartott testnevelő tanárok klubján megjelent közel 100 testnevelő tanár nagy érdeklődéssel hallgatta Páder János „A magyar versenysport és az utánpótlás-nevelés aktuális feladatai" és Burka Endre „Az iskolai testnevelés és az új tantervek bevezetésének időszerű kérdései" című előadásokat.

A reggel elkezdett előadások ezúttal is a délutánba nyúló kellemes hangulatú klubfoglalkozással zárultak, melyről a résztvevők új szakmai ismeretekkel, kellemes élményekkel, az előadókkal és a testnevelő tanártársakkal együtt eltöltött szép nap örömével távozhattak.

Győri Pál

СОДЕРЖАНИЕ

Д-р Ла)ло Кун: С дистанции шестидисятилетия 97

Д-р Тамаш Надь: Тетради для достижений учащихся в предмете „Физическая культура“ 101

Эндре Бурка: Вкратце о новых учебных программах по физической культуре СССР 111

Кальман Жакаи: Варианты метаний набитного мяча 116

Ёжеф Денге—Шандор Надь: О испитания новых учебных программ 119

ОБЗОР

INHALT

dr. László Kun: Aus der Perspektive des sechzigsten Jahrestages 97

dr. Tamás Nagy: Schülerische Leistungshefte im Sportunterricht 101

Endre Burka: Kurzbericht über die neuen sowjettischen Lehrpläne 111

Kálmán Zsakay: Variationen über Medizinbällen 116

József Gyenge — Sándor Nagy: Die Bewährung der neuen Lehrptane 119

UMSCHAU

3,50 Ft

Szakirodalmi figyelő

Medizin und Sport

ТЕОРИЯ и ПРАКТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

WORLD SPORTS

Theorie und Praxis der KÖRPERKULTUR

KULTURA FIZYCZNA

ВЪПРОСИ НА ФИЗИЧЕСКАТА КУЛТУРА

TEORIE A PRAXE TĚLESNÉ VÝCHOVY

INDEX: 25824